

Giulietta Maditerraodivolo



Mollo tutto e

# Vado a vivere in Thailandia



Manuale  
di sopravvivenza  
per espatriare e  
vivere felici  
in Thailandia



**Mollo tutto e**

*Vado a vivere  
in Thailandia*

Manuale di sopravvivenza per espatriare  
e vivere felici in Thailandia

COPYRIGHT © 2022 by Giulietta Maditerraodivolo  
Tutti i diritti riservati.

Nessuna parte del testo o della grafica di questo libro può essere riprodotta o trasmessa in qualsiasi forma o con qualsiasi mezzo, elettronico o meccanico, incluso le fotocopie, la duplicazione e ricondivisione del file, la registrazione, il riadattamento o l'uso di qualsiasi sistema di immagazzinamento e recupero di informazioni, senza il permesso scritto di Giulietta Maditerraodivolo.

Per richieste scrivere a [maditerraodivolo@gmail.com](mailto:maditerraodivolo@gmail.com)

Mollo Tutto e vado a vivere in Thailandia - 1a versione - Febbraio 2022

Scritto da Giulietta Maditerraodivolo

[www.viaggiaphuket.com](http://www.viaggiaphuket.com)

copertina ideata Giulietta Maditerraodivolo e Valerio Scoponi - [www.wollycreative.it](http://www.wollycreative.it)

# Sommario



## CAPITOLO UNO

### 13 **Perchè una guida per espatriare?**



17 La mia esperienza personale

21 Non è come essere in vacanza

## CAPITOLO DUE

### 31 **Prima di partire**



33 Organizzare la partenza dal lato pratico

34 Prepara i documenti

37 Scegli il visto

48 Organizza animali e oggetti

55 Prepara la valigia

## CAPITOLO TRE

### 61 **Iniziare a vivere in Thailandia**



61 Perché scegliere la Thailandia?

67 Dove vivere in Thailandia

73 Tipologie di case

78 Come affittare casa

81 Arredare e vivere

83 Come comprare casa

## CAPITOLO QUATTRO

### 95 Costi della vita in Thailandia

- 95 L'illusione di vivere con 500 euro al mese
- 97 Quanto spendo io a Phuket
- 100 Costi dei singoli prodotti
- 106 Affittare un motorino
- 109 Affittare un'auto
- 110 Comprare un motorino
- 116 Comprare un'auto
- 119 Aprire un conto corrente
- 123 Trasferire denaro dall'Italia
- 124 Visti
- 128 Sanità
- 134 Educazione e sistema scolastico

## CAPITOLO CINQUE

### 141 Lavorare in Thailandia

- 144 Lavori vietati ai cittadini non thailandesi
- 146 Lavoro dipendente
- 153 Come cercare lavoro
- 162 Stipendio
- 171 Lavorare con i thailandesi

## CAPITOLO SEI

### 179 Fare impresa in Thailandia

- 182 Posso essere socio solo al 49%?
- 184 Legislazione e regole base
- 187 Società 100% straniera tramite BOI
- 196 Tipologie di attività commerciale
- 200 Registrare la tua società
- 201 Fai un business plan

## CAPITOLO SETTE

### 219 Essere pensionati in Thailandia



## CAPITOLO OTTO

### 225 Vivere in Thailandia like a PRO



228 Lingua thailandese

230 Ambasciata e consolato

231 Aire

234 Mangiare e fare la spesa

238 Religioni

240 Sessualità

## CAPITOLO NOVE

### 251 Trovare l'amore e fare una famiglia



253 Intrecciare due culture

256 Sposarsi in Thailandia

259 Fare figli in Thailandia

## CAPITOLO DIECI

### 267 Ora tocca a te



268 Conclusioni

269 Ringraziamenti





## PRIMA DI INIZIARE

Ho scritto questo libro con l'intenzione di aiutare le persone interessate a vivere in Thailandia a trovare le giuste informazioni e a creare il proprio cammino.

Lo scopo finale del libro è l'idea ambiziosa di fare in modo che più persone possibili traggano beneficio da questa guida e che possano passare dall'immaginazione ai fatti.

Non nascono di aver esitato tanto durante la scrittura per paura di essere giudicata, di non essere all'altezza o addirittura di pensare che fossero parole al vento.

Ma poi ad un certo punto mi sono detta: "se solo avessi avuto io tra le mani questo libro prima di mollare tutto e partire per la Thailandia avrei sicuramente avuto vita più facile".

Non posso tenere per me le informazioni che ho appreso negli anni vivendo qui a Phuket solo per paura di essere giudicata e questo pensiero mi ha dato la spinta per prendere coraggio e far sentire la mia voce, o meglio le mie parole, a te che hai questo libro tra le mani. Ho anche capito che se oggi sono qui in Thailandia è perchè ci sono state tante persone che mi hanno ispirata a seguire e credere nei miei sogni ed è giunto il momento di aiutare a mia volta chi ha bisogno di valutare bene la scelta di trasferirsi dall'altra parte del mondo. Spero con tutto il mio cuore che tu possa trarre grande beneficio da queste informazioni e che ti diano la possibilità di mettere in atto un progetto concreto per partire e soprattutto per rimanere.

Ho scritto questo libro in un periodo della mia vita che definirei esplosivo. In pochi anni mi sono trasferita a Phuket, ho cambiato lavoro, ho aperto un canale Youtube, mi sono sposata e sono diventata mamma. Tutta questa catena di eventi è nata per il semplice fatto che un giorno ho deciso di partire.

Ci ho anche messo molti mesi a scriverlo, cercando di gestire questo progetto nonostante avessi una bimba piccola, un lavoro e tutte le varie faccende quotidiane. Spero quindi che questo sacrificio sia valso per aver dato la possibilità a qualcuno di realizzare un sogno. Se sarai tra questi, scrivimi a [maditerraodivolo@gmail.com](mailto:maditerraodivolo@gmail.com), sarò davvero felice di leggere la tua storia.



Uno

## Perchè una guida per espatriare



*“Finirai per trovare la via, se prima avrai il coraggio di perderti”.*

*Tiziano Terzani*



## CAPITOLO UNO

### Perché una guida per espatriare?



Espatriare è un sogno di molti ma una realtà per pochi.

Questo libro ha un obiettivo molto chiaro: trasformare il tuo sogno di trasferirti e vivere una vita soddisfacente in Thailandia.

Se stai leggendo questo libro, è perché probabilmente hai il pensiero costante di mollare tutto e cambiare vita.

Purtroppo oggi sono ancora pochi quelli che alla fine ci provano ed ancora meno quelli che ci riescono.

Ma tu ora sei qui, virtualmente parlando, con me, e questo è già di per sé un ottimo primo passo verso il tuo futuro, che tu lo stia già pianificando o che sia solo stuzzicato dall'idea.

Sai perché? Perché ci sono passata e so come ti senti.

So cosa significa fare una vacanza qui e tornare in Italia confusa, con la voglia di partire, costruirsi una nuova vita o migliorando quella che si ha già.

E so bene anche quanto questo faccia paura. La paura dell'incognito, di non avere le giuste informazioni, i giusti punti di riferimento.

“Vado in Thailandia e poi cosa faccio? Come guadagno? Dove trovo un lavoro? E per i visti? Dove vado a vivere?”

Quello che ho notato negli anni è che le persone tendono a ingigantire le paure legate ad un trasferimento; passano mesi e mesi ipotizzando mille scenari diversi spesso lasciandosi trasportare dalle paure che, anziché venir riconosciute ed affrontate, vengono lasciate comandare ogni scelta.

La comfort zone è amichevole e comoda ma, dall'altra parte, c'è sicuramente un premio più grosso; tuttavia è necessario abbandonare la riva per poter arrivare dall'altro lato del mare, e vi è solo e soltanto un metodo per attraversarlo: pianificando bene il viaggio e partendo organizzati.

Solo così si potranno affrontare le paure legate ad una scelta di vita così importante.

Se il coraggio e la spinta deve partire da te, questa sarà la tua guida

per organizzare al meglio tutto il tuo percorso verso la tua nuova vita in Thailandia.

Certamente essere organizzati e pianificare tutto non significa che tutto andrà per forza bene, ma significa non andare incontro a spiacevoli sorprese come mi è capitato di vedere spesso con i miei occhi. In questo libro oltre a indirizzarti verso la preparazione del trasferimento e il tuo arrivo e vita in Thailandia vero e proprio, ti racconterò nel dettaglio come evitare di finire nei guai e perché vivere qui è molto diverso dal venire in vacanza qui: non ho lasciato nulla al caso. Quando sono venuta a vivere a Phuket avrei tanto voluto avere anche io un libro con le istruzioni per l'uso, ma non è stato così.

Mi sono dovuta arrangiare e farmi letteralmente le ossa.

Ci è voluto coraggio? Sicuramente sì. Ma il coraggio aumenta se parti con le idee chiare.

Inoltre, spesso mi sento di rispondere alle persone che me lo chiedono, che la mia scelta non è stata poi così tanto coraggiosa: ero disperata. Vivevo giorno dopo giorno lavorando in aereo come assistente di volo ma la mia testa e il mio cuore erano da qualche parte su una barca che sfrecciava nel mare delle Andamane. Nella mia mente imparavo a fare video, andavo per isole, ero quella che ce l'aveva fatta. Poi ritornavo per un attimo sul pianeta Terra e mi guardavo intorno. Avevo tutto. Avevo una casa, un'auto, la mia famiglia, dei buoni amici (che lo sono anche oggi per fortuna nonostante le distanze), avevo un contratto a tempo indeterminato con la compagnia aerea nella quale lavoravo e non potevo di certo lamentarmi.

Ma dentro di me si era creato un sogno così grande da farmi rendere conto che quel tutto per me non aveva più valore. Volevo mollare il certo per l'incerto, volevo sfidare me stessa a seguire i miei sogni.

Oggi sono qui, dopo diversi anni a dirti che ne è valsa la pena.

Il mio canale Youtube è in crescita, ho una community che mi segue assiduamente, faccio video, lavoro, ho una famiglia e ancora ho molti sogni e progetti nel cassetto.

E' stato facile? Direi di no.

Lo rifarei? Assolutamente sì.

Se quel giorno non avessi detto "sì, mollo tutto e vado a vivere in Thailandia", oggi non sarei la mamma della piccola Bella e non sa-

rei una digital marketing manager nel tour operator dove sognavo di lavorare.

Non avrei mai incontrato mio marito, non avrei mai chiamato Phuket casa e mi sarei persa mille avventure.

Anche gli errori sono stati d'aiuto. Mi hanno fatta crescere e capire le direzioni giuste.

In questo libro ho cercato di scrivere tutto quello che ritengo indispensabile perché anche tu possa fare questa scelta di vita (se ovviamente è il tuo sogno).

Voglio ringraziare pubblicamente qui la mia community di Youtube e Instagram, la mia famiglia che non mi ha mai impedito di spiegare le ali e i miei amici, che nonostante le distanze sono sempre rimasti al mio fianco.

Ma ora tocca a te!

Spero di cuore che questo libro possa aiutarti a spiegare le ali verso i tuoi sogni; che ti sia di prezioso aiuto per i tuoi dubbi e che possa darti degli spunti per affrontare le paure e le difficoltà che tutti inevitabilmente incontriamo nel nostro cammino verso una vita all'estero. Buona lettura!

Giulietta

*“Buon viaggio, che sia un'andata o un ritorno  
che sia una vita o solo un giorno  
che sia per sempre o un secondo*

*l'incanto sarà godersi un po' la strada  
amore mio comunque vada  
fai le valigie e chiudi le luci di casa*

*coraggio, lasciare tu tt o indietro e andare  
partire per ricominciare  
che non c'è niente di più vero di un miraggio  
e per quanta strada ancora c'è da fare...  
amerai il finale!”*

*Cesare Cremonini*



## La mia esperienza personale

Sono partita il 6 ottobre del 2017 dall'aeroporto di Milano Malpensa con un bagaglio improponibile di 35 chili. Destinazione: Kata Beach, Phuket. La sera prima avevo deciso di dormire in hotel, vicino all'aeroporto, e mi aveva accompagnato la mia amica Francesca insieme al suo compagno.

Per cena, prima di salutarci, ci siamo mangiati una pizza a Gallarate. Ecco, descrivervi il senso di vuoto e tristezza di quel momento è davvero difficile. Mi sentivo stordita, come se stessi per fare la cazzata più grande dell'universo. Cosa avevo combinato? Avevo davvero lasciato il mio lavoro a tempo indeterminato come assistente di volo dopo più di dieci anni di carriera alle spalle? Avevo lasciato i miei genitori, i nonni, il cagnolino, la mia casa in affitto a Verona e tutta la mia vita era diventata degli scatoloni buttati in soffitta nella casa dei genitori a Mantova?

Sì.

Cogliona, mi ripetevo. Sei una pazza, cogliona squilibrata.

Me lo ha anche detto l'addetta al check-in quando ha pesato la mia valigia: 35 chili.

Le dissi che ero disposta a pagare la differenza. Viaggiavo con un biglietto ZED, ovvero uno di quei biglietti aperti (stand by) che noi assistenti di volo possiamo utilizzare pagando solo le tasse del volo e salire solo se in aereo c'è posto.

Sì, sono partita senza un vero e proprio biglietto aereo. E il limite per un biglietto ZED del peso per le valigie era di 20 chili.

Io ne avevo 35.

Alla fine, l'addetta al check in fu gentile e mi fece il favore: alzò gli occhi al cielo, mi imbarcò la valigia ma anche lo zaino, che invece speravo di poter portare in cabina con me ma, indovina un pò, pesava troppo anche quello.

Così alla fine mi imbarcai con in mano solo il passaporto, il portafogli, il mio cellulare e il mio Mac.

Ora, a scanso di equivoci, non avevo in valigia 35 chili di vestiti, semplicemente avevo tutta la mia attrezzatura video, incluso il cavalletto che da solo pesava due chili.

E tra le altre cose, un lenzuolo. Ma sul caso delle lenzuola ne parlerò

più avanti.

Perché l'idea bizzarra che avevo, oltre al fatto di aver mollato tutto per andare a vivere dall'altra parte del mondo, è che io volevo diventare una bravissima video maker e volevo lavorare nel campo digitale per le gite in barca sulle isole da Phuket. E niente e nessuno mi ha potuto togliere dalla testa questa cosa.

Inoltre, l'idea ruotava proprio tutta intorno a Phuket.

Un'idea molto romantica e sicuramente turistica dell'isola, ma ancora oggi mi perdono per questi pensieri!

Mi permetto di riportarti cosa scrivevo all'epoca su Phuket.

Ho preso un articolo tratto dal mio vecchio blog [www.maditerraodivolo.com](http://www.maditerraodivolo.com) perchè mi piacerebbe che tu lo leggessi:

“Questo è il problema che mi è nato a Phuket: non posso rilassarmi un attimo perché mi innamoro di ogni cosa, e come una bambina che vede quant'è bello il mondo, io voglio esplorare tutto.

E' un amore vero, un amore che non sapevi di stare cercando ma arriva e non puoi più far finta di nulla. Più lo ignori e più è presente nel tuo cuore e si dimena.

L'odore del mare, il rumore delle onde, il freddo che ti prende quando entri dentro ad un 7Eleven, i tramonti di Karon beach cosparsi di lanterne cinesi lanciate dalle coppie in riva al mare, i piedi scalzi che dopo mesi di voli e corridoi d'aeroplano ora affondano liberi in quella sabbia impalpabile, quella appagante sensazione di libertà, i cocchi aperti e bevuti per strada, il cibo da strada, le bancarelle che vendono pantaloni *bracaloni* con disegnati gli elefanti, le aragoste pescate dai locali che sono piene di colori (e che io non ho avuto coraggio di mangiare), i sorrisi della gente, la semplicità, la sensazione di aver tutto dalla vita, di bastarsi, di non volere altro.

Phuket è un'isola nel sud della Thailandia facilmente raggiungibile prendendo un volo da Bangkok o direttamente con un volo intercontinentale (io sono arrivata con Air Asia da Bangkok e ripartita direzione Dubai con Emirates).

E' un'isola che il turismo lo vive, e lo vive alla grande.

Praticamente tutto il mondo alloggia a Patong che è una specie di Khao San Road di Bangkok mischiata a Riccione a ferragosto.

E' un bellissimo delirio. Ci sono tanti italiani, tanti locali dove far serata e tanti ping pong show.

No, non sono mai stata al ping pong show.

Phuket è ricca di vegetazione, piove spesso durante alcuni mesi ma non importa, perché alla fine fa così caldo e sei sempre sporco quindi cambia poco.

I tramonti lasciano senza fiato, soprattutto quando sta per salire il temporale quindi poi corri letteralmente via dalla spiaggia come un pazzo per non bagnarti.

Io per far la noiosa di turno ho preferito scegliere una zona più tranquilla dove dormire, chiamata Karon. Mi sono fatta suggerire dall'istinto perché -attenzione- non sapevo nulla prima di partire. Avevo solo visto dei *Vlog* di alcuni *Vlogger* e letto due cose su internet. Fine, mi bastava.

Mi era salita la pelle d'oca a vedere certi luoghi, mi erano uscite due lacrime dall'emozione vedendo la gente che nei video si lanciava da quei barconi in acqua con la *Gopro* e quindi ho pensato che fosse una motivazione sufficiente per attraversare mezzo mondo e arrivare là.

E' un' isola (ho pensato), non ti puoi sbagliare.

Quindi, dicevo, alla fine l'unica cosa programmata era l'hotel, un piccolo resort, pagato 20 euro a notte a camera, molto carino a cui non mancava nulla – piscina esterna inclusa.

(...)

La sera dopo la nostra gita al nord dell'isola, arrivo nella mia stanza che ha una bellissima porta finestra sull'esterno, saluto i geki appollaiati al muro, prendo la mia ciabatta per attaccare il Macbook, la *Gopro*, il cellulare, il power bank e faccio un'accozzaglia di fili per riuscire a mettere tutto sotto carica e scaricare tutti i video della giornata. Mentre mi lamento del livello di sporcizia che ho raggiunto durante la giornata (che bella la Thailandia, non c'è un momento dove ti senti pulito) penso che non sono una travel blogger, non sono una videomaker, non sono una storyteller. E invece ho voglia di farlo e lo faccio. Oggi mi corico a 9.200 chilometri da casa mia e sono felice. A mezzanotte tuttavia mi accorgo che si vede bene la costellazione di Orione. Telefono in camera al mio compagno di viaggio Francesco e gli dico che dobbiamo tornare in spiaggia a far foto alle stelle, e lui (pazzo) mi dà ascolto e mi accompagna. Al ritorno dalla spiaggia ci sono degli ubriachi in un locale che can-

tano al karaoke della roba improponibile ed un cane randagio che, stanco di sentir stonare la gente, ci segue.

Ci sono due fidanzati tedeschi che litigano fuori dal locale. Mi fa male vederli litigare perché mi viene in mente tutto il dolore che mi hanno fatto alcune persone negli ultimi anni. Poi però vedo la cosa con un certo distacco, come se fosse tutto parte di una vita lontana e sfocata che non mi appartiene più. Come se quell'isola in qualche modo avesse deciso di sanare finalmente i conti con le mie eterne ferite di solitudine.

Siamo soli nella notte per la strada di Karon dunque.

Io, Francesco e il cane randagio. Ci sono le stelle, mangiamo qualche caramella al sapore di uva comprata al *combinì*.

Non so che ore sono, non so che giorno è, il mio ex non mi manca più, anziché essere turbata dai dolori dell'umanità ora mi sento esplodere il cuore di gratitudine.

Sono in giro in ciabatte, struccata e spettinata.

Il cane solitario scodinzola e si fa tutta la strada con noi.

E' fatta, oggi a Phuket penso di aver imparato cos'è la felicità.

## Non è come essere in vacanza

“Guarda che poi non è come quando sei qui in vacanza!”

Quante volte mi sono sentita dire questa frase prima di trasferirmi in Thailandia, e quante volte ho domandato: “e perché?” ma la risposta era sempre qualcosa del tipo “non puoi capire, qui è un casino vivere, ma se non ci vivi non puoi saperlo”.

Oppure ancora peggio: “lascia perdere e stai a casa!”

Queste risposte non mi erano d’aiuto e mi facevano pensare che fossero tutti impazziti. Non riuscivo davvero a comprendere perché tutti quelli che erano espatriati in Thailandia, o meglio, la maggior parte, erano “imbruttiti” verso qualcosa. Mi domandavo inoltre perché continuassero a vivere in Thailandia se avevano così tanti problemi. Oggi vivendo qui da qualche anno posso sorridere perché ho finalmente (forse) risolto il mistero che divide la comunità di expat con quelli che vogliono e devono ancora espatriare e sono ben felice di spiegare perché chi vive qui deve sempre uscirsene con la frase “non è come essere in vacanza”. Vediamo il perché.

### 1. Non sei in vacanza, appunto

Cercando di sfruttare la mia esperienza personale, posso affermare che venire in vacanza a Phuket significa per quasi tutti staccare totalmente dalla routine quotidiana di lavoro, allontanarsi dalle faccende quotidiane, dai problemi che vengono momentaneamente lasciati a casa, magari arrivando qui quando in Italia è pieno inverno e godere della splendida sensazione di mettere i piedi nel mare tiepido e godersi il tramonto.

Si va ad alloggiare in qualche struttura dove puliscono per te, mangi nel ristorante dove cucinano per te, esplori culture e usanze diverse che ti intrigano ed affascinano e per alcuni, magari ci si invaghisce di qualche bellezza locale, oppure trovi la tua pace dei sensi avvicinandoti alla cultura e religione Buddista, insomma: è tutto splendidamente nuovo, ogni cosa ed esperienza pare inondarti i cinque sensi e ti rende sicuramente felice.

E la felicità è il fine di ogni essere umano.

Viaggiare ci rende vivi, curiosi, attiva il nostro lato migliore.

Viaggiare in Thailandia ci apre un mondo infinito di nuove possibilità e nuovi scenari che prima di allora non avevamo nemmeno immaginato. Ma ora, permettimi di chiederti di fare lo sforzo di immaginare tutta la tua vita qui. Sì, devi includere anche le cose che non ti piacciono. Immagina la routine lavorativa. Immagina di dover far quadrare i conti ogni mese. Pensa che tutto quello che prima pareva una novità ai tuoi occhi, ora è quello che osservi ogni giorno, e ti rendi anche conto che non vi è solo quello che prima ammiravi ed amavi, ma vi sono anche dei difetti.

Esattamente come quando ci si innamora di qualcuno. All'inizio ci prendiamo una cotta e mettiamo il nostro o la nostra amata su un piedistallo. E' semplicemente un essere perfetto. Con il tempo, i sentimenti cambiano e diventano amore. Si impara ad amare una persona per quello che realmente è e non per quello che noi avevamo idealizzato. Ci sono dei giorni dove siamo felicissimi e ci sono giorni dove si litiga.

E' normale idealizzare un luogo che ci piace molto, dopo una vacanza, e ho notato che questa cosa accade molto con la Thailandia.

I turisti che vengono qui esclamano spesso:

“Ah, i thailandesi sono un popolo meraviglioso, sorridono sempre!”

“Ah il cibo è fenomenale. E tutto costa così poco!”

“Phuket è stupenda! Non c'è un angolo brutto!”

Concorderai insieme a me che probabilmente è impossibile che tutti i thailandesi siano meravigliosi e sorridano sempre, che tutto il cibo sia fenomenale e Phuket sia tutta pulita e curata.

Questo è idealizzare un paese e il popolo che lo abita, ed è normale che capiti anche alle persone che sanno grattare la superficie. Questa idealizzazione decade mano a mano che si passa da un periodo in vacanza a uno di permanenza più lungo.

Ma cosa iniziamo a notare che non va?

## 2. Shock culturale

La fase più difficile da accettare nel tempo vivendo in Thailandia (ed anche in altri luoghi) è affrontare l'inevitabile shock culturale.

Ci sarà qualche atteggiamento, modo di fare, di agire in un determinato momento della tua nuova vita all'estero che ti farà scattare

un pensiero in testa ovvero: “ma perché fanno così?” “noi in Italia facciamo diversamente e meglio”.

Benvenuto nel mondo dello shock culturale. Se mentre in vacanza ti piace notare differenze (a noi italiani piace molto fare confronti con il nostro bel paese) perché comunque la cosa non ti sfiora più di tanto, quando vivi qui diventa parte del tuo quotidiano e ci sarà un momento dove qualcosa inizierà a darti fastidio, perché andrà ad interferire con la tua vita. Ci ho messo qualche anno a capire che non si ci si può integrare in toto in una cultura asiatica, bensì la cosa migliore da fare è rompere gli schemi e ragionare diversamente.

Come? Pensando che nessuno ha davvero ragione o fa le cose meglio di altre culture. Chi può scientificamente provare che determinate azioni sono più logiche e furbe di altre quando è solo il proprio background culturale a decidere a priori che “è meglio così” o “si è sempre fatto così”?

Se si cambia punto di vista, anche per un thailandese certi tuoi atteggiamenti risultano meno logici e furbi perché il suo background culturale è totalmente diverso dal tuo.

Fingere di essere come loro non funziona. E non funziona nemmeno rifiutare il loro modo di fare e di essere, soprattutto quando si parla di un popolo fiero, orgoglioso e mai colonizzato come i thailandesi. La soluzione migliore è accettare. E spesso senza cercarne una logica, perché dal nostro punto di vista italiano non la troveremo mai. “Dove finisce la logica, comincia la Thailandia!”

Se nel tempo imparerai la difficile arte dell'accettazione, avrai passato questa fase e potrai vivere qui serenamente.

Alcune persone non riescono ad accettare queste differenze e tendono a rinchiusersi nel loro mondo incattivendosi sempre di più, altri cercano di integrarsi totalmente finendo per avere una crisi d'identità e cadendo in depressione, altri rifiutano totalmente la cultura diversa e cercano di vivere all'italiana il più possibile finendo per vivere una realtà distorta.

All'interno della pubblicazione *Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments*, Kalervo Oberg elabora la teoria secondo la quale il concetto di shock culturale è suddivisibile in quattro fasi distinte, ognuna delle quali presenta le proprie situazioni e sintomi. Le fasi individuate da Oberg, comunque, possono essere soggette

a variazioni ed essere per questo motivo artificiose e non lineari. Vediamole insieme.

### **Fase “luna di miele”**

In questa fase, che può durare da un minimo di due settimane a un massimo di sei mesi, la persona è affascinata da tutto ciò che è nuovo e le differenze tra la nuova e la vecchia cultura vengono viste sotto una luce romantica. La persona comincia a provare un senso di fascinazione verso la nuova cultura, che può eventualmente evolversi in un’idealizzazione della stessa.

### **Periodo di crisi**

La situazione cambia radicalmente, sparisce l’eccitamento e diminuisce il senso di novità. Questi sentimenti vengono sostituiti da sensazioni spiacevoli di delusione, frustrazione e rabbia man mano che si va incontro a situazioni sfavorevoli che possono essere percepite come strane e offensive per il proprio atteggiamento culturale. A questi vanno aggiunti eventi stressanti dovuti al trasloco nella nuova casa, al trasferimento nella nuova scuola o alle difficoltà con la lingua straniera. La persona, in alcuni casi, reagisce aggressivamente assumendo atteggiamenti maleducati e arroganti in segno di autodifesa in modo da alleviare il senso di disagio.

### **Fase di aggiustamento**

L’individuo diviene consapevole della sua nuova situazione e inizia ad accettare gli usi e costumi della nuova cultura con un’attitudine positiva. Gli atteggiamenti di insofferenza vengono sostituiti da un senso di superiorità nei confronti delle persone del paese ospitante e, nonostante alcune difficoltà ancora persistano, la persona riesce a fare autoironia su se stessa e sulla propria condizione.



## Fase di accettazione e adattamento

In questa fase la persona si sente a proprio agio all'interno della nuova cultura, della quale accetta serenamente gli usi e costumi, iniziando inoltre a godere di alcuni aspetti di essa, come per esempio il cibo. Le rare situazioni spiacevoli vengono affrontate senza ansia e, una volta lasciato il paese, la persona proverà generalmente un sentimento di nostalgia verso esso.

### 3. Clima

Quasi tutti sognano di vivere in un clima costantemente caldo a due passi dal mare e molti amano immaginarsi in ciabatte e maglietta mentre in Italia le temperature scendono anche sotto lo zero. Vivere al caldo significa anche non doversi più preoccupare di dover pagare il riscaldamento e dover spendere molti soldi in abiti invernali.

La Thailandia è un paese caldo. Phuket vanta di un clima tropicale tutto l'anno che si alterna tra stagione secca e stagione delle piogge, che raggiunge il picco di precipitazioni a settembre. Anche durante la stagione delle piogge, detta anche bassa stagione, vi sono comunque molte giornate di sole e le temperature rimangono piuttosto alte. A Phuket puoi aspettarti di vivere tutto l'anno tra i 26 e i 33 gradi circa. Da quando vivo qui sull'isola non ho mai visto la temperatura scendere sotto i 24 gradi.

Il sole sorge e tramonta circa allo stesso orario tutto l'anno (indicativamente sorge alle 6:30 del mattino e tramonta alle 18:30) e non vi sono cambi di ora come in Italia.

Se ti sta allettando l'idea di questo clima, dall'altro lato vivendo qui può capitare di sperimentare la nostalgia del freddo e dell'alternarsi delle stagioni a cui noi italiani siamo abituati. E' un tema molto soggettivo pertanto non è un fattore difficile da accettare per tutti. C'è chi lo ama e chi semplicemente impara a convivere.

### 4. Visti

Anche se tratteremo l'argomento dei visti per vivere in Thailandia nei prossimi capitoli, è fondamentale capire fin da subito che i visti,

a prescindere da quale farai, ti faranno venire qualche mal di testa nel corso della tua vita in Thailandia.

Spesso ti troverai a che fare con una raccolta grande di documentazione oppure dovrai dimostrare di avere certe cifre di denaro, imparerai che dovrai fare i cosiddetti “visarun”, ovvero dei veri e propri viaggi dove la tua missione sarà letteralmente uscire dalla Thailandia per ottenere dall’Ambasciata thailandese all’estero (per esempio in Malesia) un visto per stare in.. Thailandia. Ma anche questo verrà spiegato nei prossimi capitoli.

Quello che voglio sottolineare ora è che non è sempre facile ottenere il permesso di vivere qui, anche se in modo temporaneo. Ancora più difficile è ottenere un permesso permanente o addirittura la utopica cittadinanza thailandese. Qui in Thailandia non importa che visto hai o da quanto ci vivi: sarai sempre ospite e ogni visto ti costerà caro in termini di stress e ansia (a volte purtroppo anche in termini economici).

Inoltre ogni 90 giorni, per chi dovesse trovarsi qui con un’estensione di visto annuale, è prevista una procedura chiamata “90 days report” dove si è obbligati a passare all’ufficio immigrazione col passaporto e farsi rilasciare un foglio che attesta la propria presenza e dove siete domiciliati.

Avere a che fare con i visti anno dopo anno è sicuramente un’esperienza che accumulerà qualche disappunto sulla vostra situazione di expat in Thailandia.

## 5. Nostalgia di casa

Spesso mi capita di conoscere turisti che arrivando qui a Phuket mi chiedono se ho nostalgia dell’Italia e se penso di rientrare.

So che devo stare molto attenta alla risposta, perché se dico di sì devo sempre ricordare che ho davanti a me un turista innamorato del viaggio che sta facendo e che sicuramente non ha mai minimamente preso in considerazione che cosa possa comportare vivere all’estero nel lungo termine.

Ma la verità è proprio questa, ovvero che si avverte la nostalgia di casa. Ciò non significa che siamo disposti a tornare a vivere in Italia, ma che sappiamo quanto è doloroso non vedere la propria famiglia

per mesi (o anni, come è stato per me per via del Covid e altre circostanze) e sappiamo anche bene che non possiamo arrivare a casa nel giro di qualche ora se dovesse succedere qualcosa di grave.

Oggi tuttavia con la facilità delle videochiamate ed i social media è molto più facile rimanere in contatto e si avverte meno la mancanza. La nostalgia a volte si fa sentire anche con piccole cose a cui prima non davamo importanza:

l'odore della stufa d'inverno, le passeggiate in campagna, il panificio sotto casa, le librerie con i libri in italiano, i profumi del Mediterraneo... sono piccoli dettagli che spesso ci rendono malinconici. E' soggettivo e ognuno scoprirà nel tempo cosa gli mancherà rimanendo stupito di quante cose ha dato per scontato nella sua precedente vita in Italia.

Ora che conosci alcuni aspetti fondamentali della vita da expat in Thailandia è ora di iniziare a pianificare la partenza verso la tua nuova vita. Questa è la fase più difficile da affrontare, richiede sicuramente tempo, strategia e una buona dose di coraggio. Il mio compito ora è di accompagnarti virtualmente verso questo cammino che segnerà la tua vita.



Due

## Prima di partire



*“Mollo tutto e vado via”*



## CAPITOLO DUE

### Prima di partire



Dal momento in cui decisi di trasferirmi a quando presi il volo per la Thailandia con biglietto di sola andata, passarono sei mesi.

Decisi che dovevo prendermi qualche mese di tempo per accumulare più soldi possibile, organizzarmi con il lavoro, aspettare che iniziasse la nuova alta stagione turistica a Phuket per assicurarmi più possibilità di iniziare a lavorare subito, lasciare la casa in affitto, sistemare i documenti ed infine affrontare la parte più difficile: quella emotiva dei saluti.

Pensare di trasferirsi nella tua immaginazione e trovarsi davanti all'atto pratico è certamente diverso. Spesso si ha la sensazione di essere sopraffatti dalla quantità di cose a cui dover pensare, unita al fatto dell'inevitabile paura del fallimento o del "saper cosa si lascia e non saper cosa si trova". Spesso inoltre, ti troverai letteralmente circondato da persone che all'improvviso sanno perfettamente cosa è giusto e cosa no per la tua vita.

Ricordo che le mie due vicine di casa a Verona, che mi conoscevano appena, reagirono letteralmente malissimo alla notizia. Mi misero in guardia. "Una giovane donna che va via? E cosa fai lì? Ma stai qui! Hai un lavoro, puoi trovarti un bravo fidanzato, laggiù, sola, dall'altra parte del mondo! Ma i tuoi genitori cosa dicono?"

Io cercavo di rassicurarle ma poi mi domandavano perché mai delle persone che mi conoscevano appena dovevano preoccuparsi così tanto della mia scelta. Mi è servito molto tempo per capire che le persone proiettano le proprie paure sugli altri pertanto essendo abbastanza comune aver paura dell'ignoto e di vivere in luoghi lontani che non si conoscono, questo discorso mi è stato fatto spesso e sono certa che verrà fatto anche a te.

Ovviamente il mio consiglio è di ascoltare tutti ma fare di testa tua. Sicuramente è importante saper ascoltare i nostri genitori, la nostra famiglia e i nostri amici più cari. Devo aggiungere però che io sono partita da sola, quindi dovevo chiedere soltanto