

ROMY BROCK / KATHARINA STAHLMANN

Ost-West-Gestalt

Von deutsch-deutschem Gewordensein und interkulturellem Lernen –
persönlich, fachlich, gesellschaftlich

Die beiden Autorinnen beleuchten ihre unterschiedlichen ost- und west-deutschen Lernerfahrungen von der Wende im Herbst 1989 bis heute. Sie definieren den Prozess der Wiedervereinigung als interkulturellen Veränderungsprozess, aus dem sich Schlussfolgerungen für gesellschaftliche Veränderungen und interkulturelles Lernen ableiten lassen. Dabei gehen sie von ihren persönlichen Erlebnissen und von beruflichen Erfahrungen mit Klient/innen aus und analysieren diese fachlich aus Gestalt-Sicht. Der Artikel ist eine Einladung zum reflektierenden Dialog über interkulturelle Themen.

Schlüsselbegriffe: interkulturelles Lernen, Veränderungsprozess, Kulturdimensionen, Ostdeutsche, Westdeutsche

East-West-Gestalt. About German-German having become and intercultural learning – personally, professionally, socially. The two authors describe their different East and West German learning experiences from »the Wende« in autumn 1989 until today. They define the process of reunification as an intercultural change process from which conclusions about societal change and intercultural learning can be drawn. Starting point are their personal experiences and their contact with clients which they analyse from a professional Gestalt perspective. The article is an invitation to intercultural dialogue and reflection.

Keywords: intercultural learning, change process, dimensions of culture, East Germans, West Germans

Vorbemerkungen

Der folgende Artikel ist ein Gemeinschaftsprodukt von Romy Brock (Ost) und Katharina Stahlmann (West). Wir haben uns 2005 in einer Ost-West-Arbeitsgruppe kennengelernt, die auf dem jährlichen Netzwerktreffen der Gestalt-Organisationberater/innen aus der Taufe gehoben worden war und sich mit Gemeinsamkeiten und Unterschieden der beiden deutschen Kulturen beschäftigen wollte. Seit zehn Jahren widmen wir uns nun diesem spannenden Thema, schauen mit einem humorvollen, freundlichen und fragenden Blick auf unsere jeweilige Prägung, tauschen persönliche Erlebnisse und Arbeitserfahrungen aus und bieten gemeinsam Workshops an. Wir sind zu dem Schluss gekommen, dass Kultur das ist, was erst dann auffällt, wenn wir unsere eigene Kultur verlassen und dem Anderen

begegnen. Vorher wird sie uns nicht bewusst und ist daher auch nicht besprechbar.

Der vorliegende Text verbindet unsere beiden unterschiedlichen Blickwinkel, und er ist als Einladung zum Dialog und zur Reflexion gedacht. Als Basis dienen uns die Erfahrungen, die wir seit der Wende gemacht haben. Wir erheben keinen Anspruch auf Allgemeingültigkeit oder darauf, dass die Dinge genau so sind und nicht anders.

Eingeladen von der Redaktion der Zeitschrift GESTALT THERAPIE denken wir in unserem Artikel offen darüber nach, wie wir selbst geprägt wurden, was wir im Ausbildungs- und Arbeitskontext als GestaltlerInnen erlebt haben und was wir mit unseren KlientInnen erleben. Wir beschreiben, woran uns das erinnert und formulieren Hypothesen, was es bedeuten könnte. Für Menschen, die ihre Kindheit und Jugend (oder den Hauptteil derselben) vor dem Fall der Mauer entweder in der DDR oder in der BRD verbracht haben und die damit aus unserer Sicht kulturell unterschiedlich geprägt wurden, verwenden wir synonym unterschiedliche Begriffe. Die Bezeichnungen Ossi, Wessi, Ostmensch, Westmensch, Ostdeutsche und Westdeutsche etc. benutzen wir voller Wertschätzung und mit einem freundlichen und manchmal selbstironischen Blick. Wir möchten damit etwas verdeutlichen und auf keinen Fall Menschen in Schubladen stecken. Wir möchten Sie – liebe Leserinnen und Leser aus Ost und West – mit diesen Begriffen nicht verärgern, sondern zu einem Ost-West-Dialog einladen – zu lebendigen Gesprächen voller Neugier, Behutsamkeit und ehrlichem Interesse. Denn wir glauben, dass es sich lohnt!



Romy Brock

Erfahrungen, Gedankensplitter und Fragen aus der Ost-Perspektive

VON ROMY BROCK

Hintergrund: Mein persönliches Interesse am Thema

Für das Ost-West-Thema interessiere ich mich seit der Wendezeit, die ich in Leipzig erlebt habe. Im Herbst 1989 war ich 27 Jahre alt, und von heute aus betrachtet habe ich fast mein halbes Leben in der DDR verbracht. Ich bin in diesem Land nicht in den Kindergarten – aber zur Schule gegangen, habe in Leipzig und ein Jahr in der Sowjetunion studiert, kurz als Lehrerin gearbeitet, ein Kind bekommen und war gerade in der Restaurierungswerkstatt der Deutschen Bücherei als Übersetzerin tätig, als die Wendezeit begann.

Bereits seit meiner Schulzeit (so ab der dritten Klasse) hatte ich mich immer mehr in eine Nische zurückgezogen (Freundeskreis, Familie und Hobbys), fühlte mich hinter der Mauer eingesperrt und wollte Ende der 80er-Jahre dringend, dass sich etwas ändert. Aber nicht so, wie es dann kam! So rasend schnell, so »fremdgesteuert« und mit dieser Vehemenz.

Für mich war die Wende erst einmal das Erleben eines großen Veränderungsprozesses, der langsam und Schritt für Schritt in Gang kam, weiter anwuchs, eine immer breitere Basis in der DDR-Bevölkerung fand und Menschen motivierte, sich zu beteiligen, auf die Straße zu gehen und etwas zu sagen und zu tun. Die persönliche Erfahrung der friedlichen Demonstrationen in Leipzig im Oktober 1989 hat mich sehr gestärkt und mir gezeigt, was Menschen gemeinsam bewegen können, wenn sie sich für eine wichtige Sache miteinander verbinden und fest dazu entschlossen sind, Veränderungen zu bewirken. Aber dann brach diese Bewegung ab und die DDR wurde zumindest formell zu einer Art »Erweiterung« der BRD – einem mir damals kulturell sehr fremden Land. Anfang der 90er-Jahre war ich sauer, fühlte mich hilflos und ohne Einflussmöglichkeit. Ich flüchtete in die britische Kultur, in der ich mich als Ossi mehr zu Hause fühlte als in den neuen Bundesländern bzw. im Kontakt mit Menschen, die dort aufgewachsen waren und gelebt hatten.

In dieser Zeit begann ich auch für eine international tätige, britische Sprachschule in Leipzig zu arbeiten. In meinem neuen Arbeitsfeld hatte ich viele interessante Begegnungen mit Menschen aus verschiedenen Kulturen, die als Sprachtrainer/innen bei uns arbeiteten. Unsere Kunden waren zumeist berufstätige Osis, die sich entwickeln und etwas Neues lernen wollten (z. B. Englisch sprechen, sich und ihr Fachwissen sowie ihre Arbeitserfahrungen besser präsentieren, Hochdeutsch sprechen statt Sächsisch). Sie wollten in der neuen Arbeitswelt und -kultur Fuß fassen, ernst genommen werden und sich einbringen. Bei den Vorgesprächen ging es oft um das Ost-West-Thema und darum, wie schwierig es vielen unserer Kunden fiel, so überzeugend aufzutreten wie ihre Westkolleg/innen. Das war etwas, was in der DDR nicht wichtig gewesen war. Da zählte die Gruppe bzw. das Kollektiv – nicht das Individuum. Da war es auch oft besser, nicht aufzufallen und eher in der Masse zu verschwinden. Es konnte gefährlich werden, eine eigene – oder gar eine andere – Meinung zu haben und diese laut und deutlich zu vertreten. Was jedoch in der DDR als Überlebensstrategie wichtig gewesen war, stellte jetzt plötzlich ein Hindernis dar. Das über viele Jahre gelernte Anpassungsverhalten erschwerte die Arbeit, und diese Schwierigkeiten waren vielen Menschen peinlich. Sie schämten sich gegenüber ihren Westkolleg/innen dafür, obwohl sie sich fachlich durchaus kompetent fühlten. Einmal sagte ein Kunde von einem internationalen Pharmaunternehmen beim Vorgespräch über sein Englischtraining am Telefon zu mir »Ach, Sie sind auch Ossi – na dann kann ich ja offen mit Ihnen reden...« Und dann sprach er ganz ausführlich von den oben beschriebenen Schwierigkeiten.

Nach und nach lernte ich durch meine Arbeit auch sehr unterschiedliche Wessis kennen, die zumeist in Leitungspositionen (Personalleitung bzw. Geschäftsführung) größerer Unternehmen in Leipzig und Umgebung tätig waren. Durch diesen beruflichen Kontakt und die gemeinsamen Arbeitserfahrungen wurde aus meinen anfangs negati-

ven Projektionen ein vielfältiges Bild. Ich bekam nach und nach ein Verständnis für die Unterschiede und Gemeinsamkeiten der beiden deutschen Kulturen und lernte, besser damit umzugehen. Heute lebe ich in einer »interkulturellen« Beziehung mit einem Mann zusammen, der in der Nähe von Frankfurt am Main aufgewachsen und nach dem Studium nach Westberlin gezogen ist. Das hätte ich Anfang der 90er-Jahre nie für möglich gehalten.

Ost-West – aktuell und interkulturell?

Die Wendezeit liegt jetzt mehr als 25 Jahre zurück. Lohnt es sich denn für uns Gestaltler/innen, sich mit dem Ost-West-Thema heute noch zu beschäftigen? Und handelt es sich dabei um ein interkulturelles Thema, oder wie kann man es sonst beschreiben?

Hierzu ein Auszug aus »Die zwölf Geschworenen« von Reginald Rose, entnommen aus *Lokales Denken, globales Handeln* von Geert Hofstede (2006, 1):

11. Geschworener: (erhebt sich) »Verzeihung, in der Diskussion ...«
10. Geschworener: (unterbricht und imitiert ihn) »Verzeihung. Was sind Sie denn so verdammt höflich?«
11. Geschworener: (sieht den 10. Geschworenen direkt an) »Aus dem gleichen Grund, aus dem Sie es nicht sind. Ich bin so erzogen.«

Ich glaube, dass es kulturtypische Unterschiede bei der Erziehung in der DDR und der BRD gegeben hat, die tiefer gehen als regionale oder familiäre Eigenarten – besonders durch den starken Einfluss von staatlichen Einrichtungen wie Kindergarten und Schule sowie durch das ständig vorhandene Bewusstsein, hinter einer Mauer zu leben. Meiner Erfahrung nach wirkt sich diese unterschiedliche Prägung bis heute aus – teilweise bis in die Generation der nach der Wende Geborenen hinein. Besonders stark fallen mir die Unterschiede bei zwei Dimensionen von Kultur auf, die Geert Hofstede in einer sehr breit angelegten Studie in 66 Ländern untersucht und in seinem oben erwähnten Buch ausführlich beschrieben hat. Es handelt sich dabei zum einen um stark oder schwach ausgeprägte »Machtdistanz« als dem »Grad, bis zu dem die weniger mächtigen Mitglieder von Institutionen oder Organisationen in einem Land die ungleiche Verteilung der Macht erwarten und akzeptieren« (ebd., 522). Zum anderen geht es um »Individualismus versus Kollektivismus«, wobei die Menschen in einer eher »kollektivistischen« Kultur »in Wir-Gruppen leben, d. h. in Gruppen mit einem starken Zusammengehörigkeitsgefühl, die ihnen ein Leben lang Schutz für ihre außer Frage stehende Loyalität gewähren« (ebd., 521).

Aufgewachsen als Ossi in einem totalitären System mit einer unberechenbaren Überwachung durch die Stasi habe ich als Überlebens-

strategie gelernt, mich mit »der Macht« auf keinen Fall anzulegen, sondern sehr vorsichtig im Umgang mit ihr zu sein. Es war wichtig, gut hinzuhören auf das, was von Gesprächspartner/innen gesagt und was nicht ausgesprochen und nur »zwischen den Zeilen« oder durch Gestik und Mimik angedeutet wurde. Das war oft noch viel wesentlicher und aufschlussreicher. Erst wenn ich das Gefühl hatte, es mit Gleichgesinnten und ebenfalls staatskritischen Menschen zu tun zu haben, habe ich mich mit meiner Meinung gezeigt. Der Aufbau der Beziehungsebene war damit auch Voraussetzung für einen Austausch über fachliche Themen. Heute ist das nicht mehr nötig, aber ein Rest von dieser Haltung steckt immer noch in mir.

Ende letzten Jahres stand ich in Berlin im Außengelände der Ausstellung »Topographie des Terrors« vor einem langen Stück Berliner Mauer und ließ sie auf mich wirken. Sehr schnell bekam ich ein beklemmendes Gefühl in der Magengegend und spürte einen großen Druck – eine Mischung aus Wut und Ohnmacht. Ich war erstaunt, wie stark und deutlich dieses Gefühl bzw. meine körperliche Reaktion immer noch war – nach all den Jahren Leben in Freiheit. Wie stark muss es erst bei Menschen ausgeprägt sein, die in der DDR im Gefängnis saßen oder deren Angehörige, Freunde oder Bekannte in einen Konflikt mit der Staatsmacht gekommen waren.

Zum Thema »Kollektivismus versus Individualismus« fällt mir ein, dass es in der DDR ein hoher Wert und auch überlebenswichtig war, zu einer Gruppe zu gehören. Zum einen war das quasi staatlich verordnet. Im Kindergarten, in der Schule und auch im Arbeitsleben waren die Gruppe oder das Kollektiv wichtig und nicht so sehr die Bedürfnisse oder die Leistung von Einzelnen. Zum anderen war es im nicht gut funktionierenden Wirtschaftssystem der DDR wichtig, »Beziehungen« bzw. zuverlässige Kontakte zu Menschen zu haben, die etwas besorgen konnten. Ein ähnliches Phänomen beschreibt Richard Sennett in seinem Buch *Zusammenarbeit*, wenn er über »guanxi« in der stark kollektivistischen Kultur von China spricht.

Die oben beschriebene Prägung hat Vor- und Nachteile. Es fällt mir einerseits ziemlich leicht, mich auf der Beziehungsebene mit einzelnen Menschen zu verbinden und Kontakt herzustellen. Andererseits kostet es mich innerlich immer noch Mühe, eine herausgehobene Position in einer »Gruppe von Gleichen« einzunehmen, besonders im Mittelpunkt zu stehen und deutlich sichtbar zu werden. Ich erlebe mich in diesen Situationen als sehr zurückhaltend und eher zuhörend.

Innerlich überwinde ich auch immer noch eine Art emotionalen Widerstand, um mich als Teil einer Gruppe mit einer Person auseinanderzusetzen, der ich »Macht« zuschreibe. Im Einzelgespräch ist das komischerweise kein Problem. Eventuell hat dieses Phänomen damit zu tun, dass ich die ungleiche Verteilung von Macht in einem System bzw. einer Organisation innerlich immer noch als »normal« empfinde; ein emotionaler Überrest des »demokratischen Zentralismus« aus DDR-Zeiten, sozusagen. Es entspannt mich zu spüren,

dass jemand »den Hut« auf hat – vorausgesetzt ich respektiere diese Person in ihrer Leitungsfunktion – oder ich habe den Hut selbst auf und trage Verantwortung.

Ich kann diese Verhaltensmuster nicht einfach ändern – auch wenn sie mich heute nerven und manchmal regelrecht behindern. Im Kontakt mit West-Gruppen fühle ich mich deshalb manchmal fremd und unwohl – so im Sinne von:

»Ich habe nichts gegen Fremde. Einige meiner besten Freunde sind Fremde. Aber diese Fremden da sind nicht von hier!« (Methusalix bei Asterix & Obelix)

Persönliche Lernerfahrungen aus zwei Gestaltausbildungen

Dieses Gefühl von »Fremd-Sein« hatte ich besonders deutlich während meiner Ausbildung zur Gestalt-Organisationsberaterin in den Jahren 2004 bis 2006. Damals leitete ich die Leipziger Filiale der britischen Sprachschule schon seit zehn Jahren und wollte etwas über Prozessberatung im internationalen Kontext lernen. Ich war bis auf einen Ostberliner Teilnehmer die einzige Ossi in der Gruppe. An vielen Stellen spürte ich, dass ich völlig anders tickte und es mir schwer fiel, im Gruppenkontext verbal mitzuhalten und meine Meinung so schnell und überzeugt zu äußern, wie die anderen. Es war mir auch unangenehm, wie massiv von Anfang an Kritik an der Ausbildung geäußert wurde. Meine Haltung war eher erst einmal Neugier und der Wille, etwas über Gestalt-Organisationsberatung zu lernen. Dahinter steckt aber wahrscheinlich auch, dass ich in Bezug auf die von Geert Hofstede beschriebene Kulturdimension »Machtdistanz« anders geprägt bin.

Wenn ich meine Fremdheitsgefühle in der Gruppe ansprach und auf eventuelle kulturelle Unterschiede zwischen Ost und West hinwies, erntete ich eher Unverständnis, Desinteresse und in der Pause einzelne Reaktionen wie »Also wenn Du Probleme hast, dann kannst Du jederzeit mit mir sprechen.« Ich fühlte mich wie eine Ausländerin in einem fremden Land, in dem ich die Aufgabe hatte, mich an die gegebenen Standards anzupassen, weil die einfach besser waren als das, was ich gewohnt war und von »zu Hause« als Arbeits- und Lebenserfahrungen mitbrachte. Anders ging es mir in Einzelgesprächen. Da war der Kontakt mit den anderen Teilnehmer/innen gut und ich war fachlich auf Augenhöhe. Umso mehr wunderte es mich, dass dieser Zustand nicht anhielt und wie anders es mir in der Gruppe ging. Plötzlich fühlte ich mich wieder grundlos unterlegen, und das war mir peinlich.

In meiner ersten vom IGG Berlin organisierten Gestaltausbildung in Leipzig von 1998 bis 2002 hatte ich eine völlig andere Gruppenerfahrung gemacht und konnte also vergleichen. In der damals ersten Ausbildungsgruppe im Osten mit nur einer Teilnehmerin aus dem Westen waren alle Trainer/innen Wessis. Die Leitung des IGG be-

trachtete diese erste Gruppe bewusst als eine Art Lernerfahrung für das Institut und stellte ein großes Team aus Trainer/innen zusammen, die sich regelmäßig miteinander trafen und austauschten. Es war klar, dass bei uns in Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen einiges anders sein würde als in Westberlin, und ich spürte echtes Interesse und Neugier. Ich erinnere mich noch an ratlose Rückmeldungen von den Trainer/innen an unsere Gruppe, die ich damals nicht so recht verstand. Sinngemäß war es z. B. so etwas wie »Was ist los bei Euch? Es fühlt sich so an, als wäre Eure Gruppe aus einer Art »Brei«, der in einer Ecke des Zimmers klebt ...« Und wir waren alle gemeinsam ratlos. So viel Konfluenz in einer Ausbildungsgruppe waren die Trainer/innen nicht gewohnt, denke ich heute. Uns war damals nicht bewusst, dass es etwas »Ostiges« ist, sofort eine starke Gruppe zu bilden, in der niemand so recht als Individuum erkennbar ist. Das geschah einfach ganz natürlich, so waren wir geprägt und erzogen. In dieser Ausbildungsgruppe hatte ich mich »zu Hause« gefühlt und war in der Lage gewesen, zu experimentieren und schließlich auch als Individuum sichtbarer zu werden.

Zeitgleich zum zweiten Jahr meiner Ausbildung zur Gestalt-Organisationsberaterin nahm ich an einer Arbeitsgruppe Ost-West teil, die sich bei einem Netzwerktreffen von Gestalt-Organisationsberater/innen gebildet hatte und die sich mit eventuellen Unterschieden und Gemeinsamkeiten von Osis und Wessis beschäftigen wollte. Ausschlaggebend für die Gründung der Gruppe war die Wahrnehmung, dass es meinen Kolleg/innen in Beratungssituationen oft so schien, als wäre Ost-West im Hintergrund ein Thema, könnte aber 15 Jahre nach der Wende nicht offen besprochen werden. Einerseits war schon zu viel Zeit vergangen und andererseits vielleicht noch nicht genug. Die Gespräche in dieser Gruppe bestehend aus Ost- und Westkolleg/innen und einer Österreicherin mit einer Art Außenperspektive fand ich unglaublich dicht und erhellend. Wir hatten keinen speziellen Ablaufplan und begannen einfach, uns gegenseitig aus unserem Leben zu erzählen, Gegenstände mitzubringen, die uns etwas bedeuteten, einander zuzuhören, Verständnisfragen zu stellen und teilzuhaben an den Lebensgeschichten der anderen. Die Atmosphäre in unserer Gruppe war ein bisschen so wie beim Sitzen am Lagerfeuer, entspannt und nachdenklich. Es kam ein sehr heilsamer und lehrreicher Prozess in Gang, und wir trafen uns für etwa sechs Wochenenden in einem Zeitraum von 18 Monaten. Ich lernte da u. a., wie sich die unterschiedliche politische Prägung auswirkt und z. B. unsere Haltung gegenüber dem Deutschen Grundgesetz beeinflusst. Die West-Kolleg/innen kannten den genauen Inhalt viel besser, und sie identifizierten sich auch stärker damit, während ich eher der Meinung war, dass wir Ostler das Grundgesetz »nur geerbt« haben. Es hatte jedenfalls wenig mit meinem bisherigen Leben zu tun. Ich bin gegenüber schriftlich festgehaltenen, staatlichen Vorschriften und Regeln generell sehr skeptisch und vertraue eher auf das, was ich im Alltag als deren le-

bendige Umsetzung wahrnehmen kann. Das könnte eventuell auch an meiner DDR-Prägung liegen.

Weiterhin nahm ich in dieser Zeit an einem Ost-West-Biografie-wochenende im Gut Gödelitz zwischen Dresden und Leipzig teil, das vom *ost-west-forum* veranstaltet wurde, und ich wurde dabei total überrascht. In der Einstiegsrunde am Freitagabend erlebte ich das größte innerliche »Fremdeln« gegenüber einer Frau aus dem Osten, die früher als geförderte Leistungssportlerin in der DDR ziemlich systemnah gewesen war. Sie sprach dann an den folgenden zwei Tagen ganz ehrlich über ihr Leben und ihre persönlichen und beruflichen Erfahrungen. Diese Offenheit und die ruhige und nachdenkliche Atmosphäre in der Gruppe führten dazu, dass ich die Frau verstehen konnte und sich meine ursprünglichen Vorurteile ihr gegenüber auflösten. Es war eine heilsame Ost-Ost-Begegnung, die ich an dem Wochenende noch wichtiger fand als den Ost-West-Dialog.

Arbeitserfahrungen als Gestalt-Organisationsberaterin

All das liegt jetzt etwa zehn Jahre zurück, und in der Zwischenzeit habe ich viele Arbeitserfahrungen als freiberufliche Organisationsberaterin sammeln können.

Ich möchte hier von einem Beratungsprozess aus dem Jahr 2013 berichten, in dem Ost-West ganz offiziell als Thema auf der Einladung zum Stadtteilgespräch stand, das ich planen und moderieren sollte: »Wir müssen reden. Wer sind wir? Und wieviele? Osis? Wesis? Wosis?«

Auftraggeber war der Trägerverein des Stadtteilnetzwerkes in einer Stadt im Bundesland Brandenburg, den ich schon mehrere Jahre beraterisch unterstützte. Der Ost-Geschäftsführer und eine Ost-Frau aus dem Vorstand berichteten im Vorgespräch, dass sie mit der momentanen Entwicklung des Vereins nicht zufrieden seien. Sie hätten zunehmend den Eindruck, dass die Hauptarbeit von ehrenamtlich tätigen Osis geleistet werde und die im Stadtteil lebenden Wesis lediglich an den vom Verein organisierten Veranstaltungen teilnahmen, aber bei der Vor- und Nachbereitung kaum mithülften. Ein weiterer Hintergrund für die Unzufriedenheit war die Wohnsituation im Stadtteil, in dem die Mieten im Zuge von Sanierungsarbeiten immer mehr stiegen und die Mehrheit der Hauseigentümer aus dem Westen kam. Viele alteingesessene Bewohner/innen wurden aus dem Stadtteil hinausgedrängt, und der Geschäftsführer war von dieser Situation zudem persönlich betroffen.

Ich war sehr gespannt auf die Veranstaltung und das Thema und gab zu bedenken, dass es sehr wichtig sei, Arbeit und Privates zu trennen. Der Einladung in ein neu eröffnetes Café im Stadtteil folgten ca. 25 Bewohner/innen. Es war eine Mischung aus Osis, Wesis und einem Niederländer, der vor kurzem mit seiner Familie in die Stadt gezogen war. In die Mitte des Stuhlkreises hatte ich ein paar

typische Markenprodukte aus Ost und West mit Verpackung gelegt, wie z. B. Süßigkeiten, Knabberzeug und Kosmetika, um eine einladende, lockere Atmosphäre zu schaffen. Wir begannen mit einer Vorstellungsrunde und der Frage nach dem Bezug zum Thema und den mitgebrachten Fragen und Ideen. Es kristallisierten sich drei Schwerpunkte heraus, die in Kleingruppen weiter besprochen wurden – und zwar eine »Biografiegruppe Ost-West«, eine Gruppe zum Thema »Car-Sharing« auf privater Basis und eine Gruppe, die sich mit der bisher nicht so recht gelingenden »Ost-West-Kooperation« im Stadtteil beschäftigte.

Ein sehr wichtiges Ergebnis der Gespräche an diesem Tag war die Erkenntnis, dass sich viele der anwesenden, interessierten Wessis nicht wirklich eingeladen fühlten, gemeinsam mit den Ossis ehrenamtlich Verantwortung im Stadtteil zu übernehmen. Die Ossis wurden als »in-group« wahrgenommen, in die sehr schwer hineinzukommen war. Alle kannten sich sehr gut und waren miteinander vertraut und scheinbar eng befreundet. Da hinein einen Zugang oder Anschluss zu finden, fiel den Wessis schwer. Sie fühlten sich abgelehnt, fremd und waren verunsichert.

Diese Rückmeldung war eine Überraschung für die Organisator/innen des Stadtteilvereins und Anstoß, über die Entwicklung einer echten Willkommenskultur im Verein nachzudenken. Es wurden Ideen gesammelt, wie man diese Situation verändern könnte. Und sie änderte sich im Laufe der Zeit. Heute gibt es eine stabile, Ost-West-gemischte Gruppe von Ehrenamtlichen, die die Stadtteilarbeit voranbringt, und auch im Vorstand gibt es Vertreter/innen aus Ost und West. Weiterhin wurde ca. ein Jahr nach dem Stadtteilgespräch eine Koordinierungsstelle »Neue Nachbarschaften« gegründet, die die ehrenamtliche Arbeit mit und für zugezogene Flüchtlinge und Asylsuchende sowie die Vernetzung zwischen Bewohner/innen, Initiativen, Trägerorganisationen und der Stadtverwaltung unterstützt.

Es hat sich also sehr viel bewegt seit dem Stadtteilgespräch. Die gemeinsame, bewusste Wahrnehmung und der offene Austausch über die damals unbefriedigende Situation, das gegenseitige Zuhören und Anerkennen der unterschiedlichen Befindlichkeiten haben geholfen und zu einer Veränderung geführt. Es hat sich gelohnt, Ost-West ganz offen zum Thema zu machen. Und es war genügend Vertrauen da zwischen den Auftraggebern und mir und auch innerhalb der Gruppe der Teilnehmenden am Stadtteilgespräch, so dass sich das Thema offen zeigen konnte.

Abschließend möchte ich noch ein paar Situationen beschreiben bzw. Gesprächssplitter sinngemäß wiedergeben, die ich in Beratungssituationen erlebt habe und die mit dem Ost-West Thema aus meiner Sicht zu tun haben könnten:

- Im April 2015 auf einer Stadtteilkonferenz sagen zwei Ost-Frauen Mitte 30, als ich sie in einer Pause darum bitte, sich in der kom-

menden Runde zu Wort zu melden: »Ach, ich spreche nicht so gern vor größeren Gruppen. Da bin ich lieber still und höre zu – obwohl ich ja eigentlich auch viel zu sagen hätte ...«

- Im Jahr 2012 sagt in Berlin der Geschäftsführer eines Vereins, der ursprünglich aus einem arabischen Land stammt, auf einer Zukunftswerkstatt für verschiedene Migrantenorganisationen in Berlin in einer Pause zu mir: »Sie sind ja Ostdeutsche und können sich sicherlich gut in unsere Situation hineinversetzen. Sie wissen, wie es ist, wenn man seine Heimat verliert ...«
- Im Jahr 2007 sagt der neue West-Abteilungsleiter einer Ost-Behörde über seine Ost-Mitarbeiter/innen zu mir: »Wissen Sie, manchmal denke ich, dass meine Mitarbeiter/innen gar keine Freunde haben. Wenn sie mal außer der Reihe einen Tag Urlaub beantragen, dann erzählen sie mir immer gleich ihre ganz persönliche Familiengeschichte.«

Ich vermute, dass sich Facetten der Ost-West-Thematik bei genauem Nachfragen in diesen Situationen noch deutlicher gezeigt hätten. Meist liegt das Thema jedoch nicht so auf der Hand wie bei dem beschriebenen Stadtteilgespräch. Meine Erfahrung ist, dass es sich nur in einem geschützten Raum zeigt, wenn innerhalb einer gemischten Ost-West-Gruppe oder zwischen zwei Menschen genügend Vertrauen vorhanden ist. Es lässt sich nicht so nebenbei besprechen. Dafür geht es zu tief und ist mit zu vielen Unsicherheiten oder sogar Verletzungen verbunden.

Fazit: Risiken und Nebenwirkungen Ost-West

Ich denke es lohnt sich, das Ost-West-Thema bei der therapeutischen und beraterischen Arbeit mit im Hinterkopf zu haben und dafür offen und sensibel zu sein. Ein interessiertes Nachfragen und das Schaffen einer vertrauensvollen Atmosphäre können dabei helfen, es sichtbar werden zu lassen.

Auch von jungen Menschen im Alter meines zwei Jahre vor der Wende geborenen Sohnes höre ich ab und zu, dass sie Interesse am Austausch über Ost-West haben und dass in ihrem Elternhaus – egal, woher sie kommen – darüber kaum gesprochen wird. Sie fragen zum Beispiel, wie das alles so war damals im Herbst 1989 in der DDR und in der Zeit danach – wahrscheinlich um zu verstehen, was sie selbst geprägt hat.

Generell erlebe ich, dass das Interesse eher bei all denjenigen vorhanden ist, die heute in den neuen Bundesländern leben und arbeiten bzw. bei den Osis, die aus den neuen in die alten Bundesländer gezogen sind. Ähnlich wie beim Leben im Ausland ist die Motivation dafür häufig ein gewisser Leidensdruck, ein Sich-»anders«- oder »fremd«-Fühlen. Die eigene kulturelle Prägung spürt man norma-

licherweise erst im Kontakt mit einer anderen Kultur. Ansonsten ist sie größtenteils nicht bewusst, kommt nicht in den Vordergrund und wird somit nicht besprechbar.

Beim Fragen nach dem Ost- oder West-Hintergrund kann es passieren, dass Klient/innen das Thema spontan weit von sich weisen – was eventuell auf eine besonders starke Betroffenheit hindeutet. Es ist aber auch möglich, dass ein Gespräch mit emotionalem Tiefgang entsteht, man dabei viel voneinander lernt und Überraschungen erlebt. Ich finde, dafür lohnt es sich, das Ost-West-Risiko immer wieder voller Neugier einzugehen. Wenn wir uns selbst und einander als ost- und westdeutsch geprägte Menschen besser kennen und verstehen lernen, dann stärken wir unsere Kultur-Kompetenz und damit die Fähigkeit, Menschen aus anderen Ländern und Kulturen therapeutisch sowie beraterisch kompetent zur Seite zu stehen bzw. mit ihnen auf Augenhöhe zu kooperieren. Ich glaube, diese professionelle, interkulturelle Kompetenz werden wir in den kommenden Jahren immer häufiger benötigen.

Literatur

HOFSTEDE, G. (2006): Lokales Denken, globales Handeln, München (dtv)
SENNETT, R. (2014): Zusammenarbeit, München (dtv)

Ort der deutsch-deutschen Begegnung:
<http://gut-goedelitz.de/biografiegespraeche/>

Erfahrungen, Gedankensplitter und Fragen aus Sicht einer West-Gestalttherapeutin

VON KATHARINA STAHLMANN

Hintergrund: mein Interesse am Thema

Im Herbst '89 war ich 19 Jahre alt und fing gerade an in Bayern zu studieren. Meine Eltern, geprägt von Krieg und Blockadezeit in Berlin, waren sehr glücklich über die Grenzöffnung. Und auch die Medien erzählten mir, dass es sich um ein schönes, aufregendes Wunder handle. Ich fuhr mit Freunden nach Berlin, um dabei zu sein und durch ein Mauerloch zu steigen. Silvester verbrachten wir in Prag und Ostern '90 machten wir eine Reise nach Dresden und an die Elbe – als Touristen. Aber mein Interesse blieb nicht im Osten hängen; auch nicht, als ich in den späten 90er-Jahren für drei Jahre in Berlin lebte. Meine wirkliche Auseinandersetzung mit der Wiedervereinigung und ihren Folgen begann erst, als ich – nach weiteren Jahren in Frankfurt am Main – nach Berlin zurückkehrte und 2003 eine Honorarstelle als psychologische Beraterin in einer Tagesgruppe in Berlin-Hellersdorf annahm.



Katharina Stahlmann

Inzwischen hatte ich als Germanistin und als Sozialpädagogin gearbeitet, war Gestalttherapeutin geworden, hatte an sehr unterschiedlichen Orten in Deutschland und Österreich gelebt und war eigentlich überall klar gekommen. In dieser Tagesgruppe, einer Einrichtung der Jugendhilfe am Berliner Ostrand, war es jedoch anders. Ich kam nicht an, fühlte mich fremd und unsicher. Und ich verstand nicht, woran das lag. Mochten die Kollegen mich nicht? Machte ich meine Arbeit schlecht? Gab es Ungereimtheiten in den Aufgaben und Strukturen? Waren Hierarchie und Machtverhältnisse unklar oder unfair? Hatte ich eine Alibistelle, die dem Konzept Genüge tat, die aber eigentlich niemand haben wollte? Ich versuchte zu verstehen, woran es liegen könnte, dass ich keinen Boden unter die Füße bekam. Aber meine bisher gelernten Erklärungsmuster und diagnostischen Raster boten keine hinreichende Grundlage zum Verständnis dessen, was ich dort erlebte: subtile Botschaften von Ausgrenzung, von Unzulänglichkeit, die aber nicht greifbar waren, sich in persönlichen Gesprächen aufzulösen schienen, aber dann doch wieder da waren. Ich verstand nicht, was sie eigentlich von mir wollten; Fremdheit und Unsicherheit blieben und so kündigte ich nach einem Jahr. Aber die Frage: »was war da eigentlich los?« beschäftigte mich weiterhin und so nutzte ich das folgende Netzwerktreffen der Gestalt-OrganisationsberaterInnen, um die Frage öffentlich zu stellen und mit KollegInnen darüber nachzudenken, welche Erfahrungen wir beim Arbeiten in Ost und West machen.

Interkulturelles Lernen zwischen Ostdeutschen und Westdeutschen

Es bildete sich eine Arbeitsgruppe von sieben Menschen: vier Ostdeutschen, zwei Westdeutschen und einer im Westen lebenden Österreicherin. In der Bibliothek eines Klosters in Leipzig – vor unserem gemeinsamen philosophischen und geistesgeschichtlichen Hintergrund – verbrachten wir in den kommenden zwei Jahren einige heilsame Wochenenden. Die ursprünglich berufliche Fragestellung geriet in den Hintergrund und wir begannen, uns unsere Geschichte(n) zu erzählen. Wir staunten darüber, was wir alles nicht über einander wussten, wie unterschiedlich innerhalb des Ostens und auch des Westens Biographien verlaufen waren. Wir lernten zuzuhören, ohne zu bewerten und zu meinen, alles schon zu wissen.

Im Spiegel der anderen erfuhr ich viel über meine eigene Identität, verstand mich als West-Berlinerin auf neue Art. Und wir lernten zu sprechen: über die Erfahrungen, die uns geprägt hatten und auch über die Kränkungen, die in den 15 Jahren seit der Wende entstanden waren, das Nicht-verstanden-Werden, das Nicht-gesehen-Werden, die fehlende Wertschätzung. Ich begann zu begreifen, dass die subtilen Ausgrenzungserfahrungen, die ich in der Tagesgruppe in Hellersdorf

gemacht hatte, mit meiner naiven West-Sicht von eigentlich-sind-wir-alle-gleich korrespondierten. Ich wollte die KollegInnen nicht kränken, ich hatte nur nicht verstanden, dass es Unterschiede gab, deren Negierung die anderen als Missachtung ihres Soseins erlebten – und mit Ausgrenzung beantworteten. Mein Bezug auf die gemeinsame Aufgabe der Versorgung der Jugendlichen lief so ins Leere. Mir fiel auf, dass ich das gleiche Muster schon einmal erlebt hatte: in den 80er-Jahren als Jugendliche in Österreich. Auch dort traten die Westdeutschen sehr selbstverständlich und mit dem Gefühl auf, die Österreicher seien eigentlich »so wie wir«, man sei gleich und alle sprächen deutsch. Und die Österreicher antworteten mit: »Moment mal, ihr seid die Piefkes. Ihr gehört überhaupt nicht dazu. Und das lassen wir euch auch spüren.«

Das war spannend: Scheinbar gab es spezifische Wahrnehmungsunterschiede, die zu Missverständnissen und Kränkungen führten. Nun besser zu verstehen, was eigentlich vor sich ging, faszinierte und bereicherte mich. Der besondere Rahmen unserer kleinen Gruppe von Gestalt-OrganisationsberaterInnen half uns, nicht zwischen Vorwürfen und Rechtfertigungen hin und her zu pendeln, sondern vom eigenen Erleben zu sprechen und einander zu zuhören.

Ich lernte an unseren gemeinsamen Wochenenden viel darüber, wie die Jahre von 1989 bis 2005 von Ostdeutschen erlebt worden waren und was wir – die Westdeutschen als Vertreter der Dominanzkultur – so alles mit unserem Verhalten ausgelöst hatten. Zum Beispiel, dass Ostdeutsche in Diskussionen nicht zu Wort kamen, weil sie gewöhnt waren, erst dann zu sprechen, wenn sie auf Grund einer längeren Gesprächslücke sicher waren, niemanden zu unterbrechen, Westdeutsche aber immer schneller waren und auch kleinste Lücken nutzten, um ihre Dinge zu sagen.

Aus gestalttherapeutischer Sicht besonders interessant erscheint die kulturell geprägte Unterschiedlichkeit der Kontaktkurve: Ostdeutsche widmen dem Vorkontakt mehr Zeit. Aus Westsicht dauert es lange, bis sie zum eigentlichen Thema des Gespräches kommen. In dieser Zeit, in der über alles Mögliche geredet wird, bauen sie einen sicheren Boden. Der gründliche Vorkontakt dient dazu, einander kennen zu lernen und Vertrauen zu gewinnen, indem man persönlich sichtbar wird. Ist der persönliche Kontakt erst einmal stabil, so geht das Besprechen des eigentlichen Themas einfach und schnell. Das Ausklingen und der Nachkontakt sind dann wieder recht lang. Dies ist ein Kommunikationsverhalten, das auch die Österreicherin in unserer Gruppe sehr gut aus ihrer Kindheit kannte.

Mich als Westdeutsche macht der lange Vorkontakt eher unruhig; ich komme unter Druck, ob genug Zeit bleibt und ob wir die Zeit für die Besprechung effektiv genug nutzen. Auch tendiere ich dazu, persönlich hinter das Thema zurückzutreten und nicht von mir, sondern von der Sache zu sprechen. Dieses Sich-nicht-Zeigen macht Ostdeutsche jedoch eher skeptisch.

Von meinen Ostkollegen in der Arbeitsgruppe erfuhr ich auch, dass sie vielfach das Gefühl hatten, die Wessis wollten ihnen den Osten erklären und wie wütend und ohnmächtig sie sich dabei fühlten. Ich überlegte, dass es sein könnte, dass die Wessis vielleicht nur versuchten, sich selber – sprechend – den Osten zu erklären und dabei nicht merkten, was sie beim Gegenüber auslösten. Aber die Bedeutung einer Botschaft definiert bekanntlich der Empfänger.

Die Osis sprachen auch von ihrer Scham – viele Ostdeutsche passten sich auf der Arbeit oder nach einer Migration in den Westen bis zur Unkenntlichkeit an, um nicht als Osis aufzufallen. Sie erlebten sich als weniger wort- und weltgewandt, als weniger durchsetzungsfähig und befürchteten, abgewertet zu werden. Sie werteten ja selber vieles in ihrem Land ab – aber wenn die Wessis das taten, dann tat das weh und war nicht angemessen. Es ist halt nicht egal, wer was sagt.

Vor allem das Be- und Abwerten des Ostens, das Nicht-Anerkennen der Eigenständigkeit und Wertigkeit der Biographien und die Reduktion auf die Diktatur und das Opfer- oder Täter-Sein hatte – so lernte ich – bei Ostdeutschen zu tiefen Kränkungen und in der Folge zu Rückzug geführt. Sie sprachen nicht mehr gerne mit Westdeutschen über sich und hatten nicht den Eindruck, verstanden zu werden.

Umgekehrt waren die Osis verwundert zu hören, wie sehr der Verlust der Utopie im Osten auch die mentale Landkarte des Westens verändert hatte: Mit dem Untergang der DDR war auch die alte Bundesrepublik untergegangen; nur war das nicht so sichtbar gewesen, weil sich die Lebensverhältnisse nicht plötzlich geändert hatten.

Am Ende unserer gemeinsamen Ost-West Wochenenden war ich aus meinem naiven Wessi-Sein ausgestiegen und hatte ein neues Bewusstsein erworben. Dafür bedankte ich mich und war gespannt, wie das Erlebte meine Wahrnehmung und mein Verhalten im wiedervereinigten Deutschland verändern würde. Ich hatte die Erfahrung gemacht, dass der gemeinsame Blick auf die Unterschiede Gemeinschaft stiftet. Das war beglückend und das wollte ich auch weitergeben. Ich hatte erlebt, wie die Sozialisationsbedingungen und die Werte unserer Kindheit uns langfristig prägen – und dass das etwas ist, was man einfach als gegebene Unterschiede anerkennen kann, ohne es bewerten zu müssen. Ich hatte verstanden, wie sehr die 68er und ihre Folgen in Westdeutschland zu einem veränderten Umgang mit Autoritäten beigetragen hatten und dass es im Osten dafür kein Äquivalent gab. Ich hatte gehört, wie sich in der Betonung von Gemeinschaft sowohl ein gesellschaftlicher Wert der DDR als auch Diktaturfolgen mischten. Ich hatte aber auch erlebt, dass die Nachkriegs- und Teilungszeit eine Phase deutscher Geschichte ist, jenseits derer es historische Erfahrungen gibt – politische und kulturelle –, die gemeinsame Wurzeln darstellen.

Vor allem aber hatte ich mir vorgenommen, mir meiner Zugehörigkeit zur Dominanzkultur bewusst zu sein, Ostdeutsche nicht zu beschämen, nicht über ihre Geschichte zu sprechen, als wäre es meine und sie nicht auf die Diktatur zu reduzieren.

Vom Nichterzählen in der Therapie

Dieser interkulturelle Lernprozess liegt nun zehn Jahre zurück. Heute arbeite ich als Gestalttherapeutin und als Supervisorin für soziale Einrichtungen – vorwiegend in Berlin, aber immer wieder auch in Brandenburg und Sachsen-Anhalt. Ich habe Therapieklienten mit Ost- und mit Westsozialisation. Und wenn ich heute über Unterschiede in den Verläufen der Psychotherapien nachdenke, dann fällt mir als erstes auf, dass ostsozialisierte Klienten weniger über ihre Kindheit sprechen. Selten fangen sie von alleine an, über ihre Erfahrungen in Schule und Elternhaus zu reden. Und wenn ich nachfrage, bekomme ich häufig ausweichende, verallgemeinernde Antworten. Ich frage mich: Warum? Was ist da los? Und mir scheint, ich frage als Therapeutin auch wenig nach. Vielleicht zu wenig? Warum?

Mir ist wichtig, dass ein Klient die Hoheit darüber behält, was er erzählt und was nicht. Ich respektiere, wenn jemand über etwas nicht sprechen möchte. Aber vielleicht befinde ich mich in diesem Fall mit den Klienten in einer Vermeidungskoalition: Wenn Ostmensch nicht bzw. auffallend wenig von seiner Kindheit in der DDR erzählt, vielleicht weil er gelernt hat, dass Westmensch ihn eh nicht versteht oder er sich für seine DDR-Herkunft teilweise schämt, oder er nicht als anders auffallen will oder aus welchen (noch nicht bekannten) Gründen auch immer, dann könnte das sehr wichtig für die Therapie sein und gerade das Nichterzählen hätte Bedeutung. Es kann aber nicht zur Figur werden, wenn ich als Westtherapeutin aus falsch verstandener Vor- oder Rücksicht nicht nachfrage. Ich gebe damit ja auch keine Einladung zu erzählen, kein Signal, dass es mich interessieren würde. Damit bleibt die Möglichkeit ungenutzt, eventuelle Reste von Scham, von Sich-klein-Fühlen und Besser-nicht-Auffallen, bewusst werden zu lassen und zu verarbeiten. Gerade das Nicht-Auffallen erscheint mir in dreifacher Weise bedeutsam: als Teil der DDR-Werte, dass die Gruppe wichtiger ist als der Einzelne, als Reaktion auf Be-spitzelung und Diktatur und als Ergebnis der Wende-Erfahrungen, dass man gut durchkommt, wenn man schnell den Westen lernt und sich anpasst.

So ist mir zum Beispiel aufgefallen, dass Ost-Teams, wenn sie sich in der Supervision sicher und mit mir vertraut fühlen, auf einmal vom Kollektiv sprechen statt vom Team. Es rutscht ihnen so raus und wahrscheinlich wäre es ihnen gar nicht recht, wenn ich sie darauf hinweisen würde. Aber es zeigt doch, wie sehr sie sich sonst in einem Anpassungsmodus befinden – an mich, an die neue Zeit, in der man nicht mehr Kollektiv sondern Team sagt. Ein Anpassungsmodus, der

gut geübt zur zweiten Haut geworden ist, aber eben dennoch nicht das eigene Sein ausdrückt.

Falsche Vorsicht

Lange Zeit fand ich es schwierig, Menschen auf gute Art nach ihren Erfahrungen im Osten zu fragen. »Ich will ja niemandem auf die Füße treten«. Inzwischen kam mir jedoch der Verdacht, dass ich aus einigen meiner Lernergebnisse unserer damaligen Ost-West-Gruppe innere Ge- und Verbote gemacht hatte, die mich auch unfrei machten: Es wurde wohl Zeit für eine neue Entwicklungsphase in meiner deutsch-deutschen Lerngeschichte.

Ein paar Beispiele, anhand derer mir meine Gebundenheit auffiel: Ein Team von alteingesessenen Erzieherinnen aus einer ländlichen Gegend Sachsen-Anhalts erzählt mir nach den Sommerferien, welche Ausflüge sie mit den Kindern gemacht haben. Unter anderem haben sie an einer Neptuntaufe teilgenommen. Ich frage nach, was das sei. »Wie, Sie kennen die Neptuntaufe nicht?!« – Und sofort fühle ich mich schlecht: Wenn jetzt so deutlich wird, dass ich nicht aus dem Osten bin und von den Gegebenheiten vor Ort keine Ahnung habe, dann werden sie mich ablehnen, befürchte ich. »Äh, ich bin doch aus dem Westen« – höre ich mich entschuldigend sagen. Ein anderes Team aus der gleichen Gegend hatte bisher intern Supervision durch die Chefärztin einer benachbarten Abteilung. Ich stelle mich als neue, externe Supervisorin vor. Als sie hören, dass ich aus Berlin bin, sind sie total froh. Das erstaunt und erleichtert mich, denn ich hatte intuitiv erwartet, dass sie eher doof finden, sich von jemandem aus Berlin supervidieren zu lassen, der kommt, wieder wegfährt und nicht vor Ort lebt. Fachlich ist die Reaktion des Teams sehr verständlich. Sie sind freier in der Supervision, wenn ich nicht zum internen Arbeitgeber- oder Dorfküngel gehöre. Aber meine Reaktion der Erleichterung, die auf die verinnerlichte Annahme antwortet, dass mein Gegenüber wahrscheinlich kränkende Erfahrungen mit Menschen wie mir gemacht hat und dass ich da sehr vorsichtig sein will, zeigt, dass ich nicht wirklich frei bin.

Kontakt findet an der Grenze statt: therapeutische Erfahrungen

Immer wieder haben sich die Osis beschwert, dass die Wessis über ihre Grenzen getreten sind. Sie haben sie nicht ausreden lassen, haben die Chefposten an sich gerissen, die Ostbetriebe verscherbelt, waren besserwisserisch, zu schnell, zu laut, zu dominant und die ganze Zeit mit Selbstdarstellung beschäftigt. Ich hatte es besser machen wollen! Aber wenn ich vor lauter Vorsicht gar nicht mehr bis zur Grenze gehe, dann findet auch kein Kontakt mehr statt.

Mit fällt eine Klientin ein, mit der es einen guten Kontakt an der Grenze gab: Sie kam in einer akuten Krise wegen einer Trennungssi-

tuation. Als sich die akute Situation ein wenig stabilisiert hatte, stellte sich heraus, dass es alte schmerzhaft Erfahrungen gab, mit denen sie eigentlich einen befriedigenden Umgang gefunden hatte – sie war mittlerweile fast 60 Jahre alt – die sie aber in der angespannten aktuellen Situation zusätzlich destabilisiert hatten. Diese Erfahrungen haben damit zu tun, dass sie in einem DDR-Kinderheim aufgewachsen war. Wir konnten offen besprechen, was es bedeuten würde, entweder daran therapeutisch zu arbeiten oder es so zu belassen, wie es war. Sie entschied sich dafür, ihre Kiste mit der Aufschrift »DDR-Heimkind« nicht zu öffnen. Das war ok, und ich war sehr einverstanden mit meiner Arbeit entlang der Grenze.

Anders war es mit einem Mann, der wegen depressiver Verstimmungen kam. Er vermisste intensive Gefühle und ein Zugehörigkeits-erleben zu anderen Menschen. Er war im nördlichen Brandenburg aufgewachsen und immer, wenn ich ihn nach seinem Elternhaus, seinen Erfahrungen in der Schule und auf dem Dorf fragte, schien er mir beweisen zu wollen, dass seine aktuellen Schwierigkeiten nichts mit seiner Vergangenheit zu tun hatten. Ähnliches habe ich auch mit einer anderen Klientin erlebt. Leider habe ich mich damals davon abschrecken lassen und die aufkommende Atmosphäre von: »Da ist nix. Frag nicht weiter.« nicht benannt.

Inzwischen hat meine jüngste Beschäftigung mit dem Thema und die Entdeckung meiner Vermeidungsstrategie »Bloß nicht zum Wessitäter werden« zu ein paar interessanten aktuellen Therapiestunden geführt: Eine Klientin etwa bedauerte, wenig tiefe Freude zu empfinden, wenn etwas Schönes passiere, und sich auch schlecht ausdrücken zu können. In einer Therapiestunde entdeckte sie, dass sie durch ihr Aufwachsen mit ihrem abwertenden Vater, der genauso Unterordnung verlangte wie die Schule und das allgemeine gesellschaftliche Klima, als Jugendliche keinen Ort außerhalb von sich selber gefunden hatte, an dem sie sich abwertungsfrei entfalten konnte. Also zog sie um sich eine Mauer – trotzig und um sich zu schützen. Die Zeiten änderten sich; die chronifizierten Mauerreste waren ihr nicht mehr bewusst. Sie blieben erhalten und reglementierten Eindruck und Ausdruck: Freude spüren und sich ausdrücken können. Damit ihr dies bewusst werden konnte, musste ich benennen, dass es sich ja nicht nur um die Anpassungsgebote ihres Vaters handelte, sondern dass wohl die anderen Bereiche der damaligen Gesellschaft das Gleiche von ihr forderten: Anpassung an die Gruppe, Unterordnung, gehorchen. Erst das Anerkennen der äußeren Totalität machte die seelische Mauer, die die Zeiten überdauert hatte, spürbar.

Für mich fühlte es sich innerlich riskant an, das Gesellschaftliche zu benennen. Hatte ich doch gelernt, dass Wessis nicht über Ostgegebenheiten zu sprechen hätten – schließlich redete ich von etwas, von dem ich keine Ahnung hatte. Und doch merke ich inzwischen, wo dem richtigen Hinweis das Totschlagargument innewohnt: Es ist

ähnlich, wie wenn eine Mutter in der Familienhilfe zur Helferin sagt: »Sie haben ja keine Ahnung von Kindererziehung, sie sind ja keine Mutter.« – Stimmt, ich kenne den Osten nicht von innen, so wie eine Familienhelferin vielleicht nicht selber Mutter ist. Und doch kann ich einen Klienten begleiten, der sich der Bedeutung seiner Ostsozialisation im Kontext seines Gesamtlebens bewusst wird.

Gründe für das Nichterwähnen

Ich werde die Bedeutung meiner Beobachtung, dass Ostklienten in der Therapie mit mir weniger offen und selbstverständlich von ihren Erfahrungen in Schule und Wohnumgebung sprechen, bei den nächsten Gelegenheiten weiter erforschen. Meine Vermutung ist, dass eine Kombination aus folgenden Faktoren dafür verantwortlich ist:

- Es ist schwieriger, sich auf ein Land bzw. eine gesellschaftliche Realität zu beziehen, die es nicht mehr gibt. Es handelt sich um ein ganz eigenartiges Verschwinden, das anders ist als der Verlust von Heimat nach Krieg oder Vertreibung. Da mag das Elternhaus noch stehen und auch die alte Schule – und dennoch sind das Heute und das Damals durch die Zeitenwende getrennt.
- Die Radikalität des Veränderungsprozesses der Wendezeit lässt zunächst einmal nicht vermuten, dass das Damals überhaupt noch Bedeutung hat. Die DDR ist schon lange vorbei, heute ist alles anders. Wieso sollte man dann in der Therapie davon erzählen?
- Die Ambivalenz der DDR gegenüber macht das Erinnern und Erzählen schwer: Vieles war nicht gut; und dennoch war es Heimat und damit gut. Und an das damals Schwierige will man sich vielleicht auch gar nicht so genau erinnern.
- Angst, man könnte als Ostalgiker abgestempelt werden, der es nicht geschafft hat, im Westen anzukommen und dem Alten nachhängt.
- Angst nicht verstanden zu werden: dass der Zuhörende nicht nachvollziehen kann, was man sagt. Abwehrende Sätze wie: »Na, im Osten war ja sowieso alles anders« scheinen darauf hinzudeuten.
- Wenig Erfahrung, dass sich Wessis wirklich für den Osten und das Damals interessieren. Lange haben beide nur auf den Westen geschaut. Der Osten schaute auf den Westen und der Westen auch.
- Nicht nur in mir, sondern auch in meinen Klienten könnte es bewusste oder unbewusste Reste der Nachwendererfahrungen geben: schwierige Kommunikation, nicht verstanden werden, sich alleine fühlen, vorsichtig geworden sein.
- So wie ich schwierig finde auf gute Art zu fragen, finden es Menschen mit Ostsozialisation vielleicht auch schwierig zu erzählen:

Der Raum jenseits von Verteidigen und Abwerten ist auch heute noch manchmal klein.

- Angst, dass das Erzählte in Schubladen kategorisiert und bewertet wird.

Dies alles genauer auszuloten, scheint mir eine lohnenswerte therapeutische Aufgabe zu sein, und ich freue mich auf kommende Therapiestunden mit ostsozialisierten Klienten.

Ein kollektiver Changeprozess: gesellschaftliche Schlussfolgerungen

Die DDR-Bürger haben kollektiv einen tiefgreifenden Veränderungsprozess durchlaufen, in dem sich alles änderte: die Art wie man einkauft, wie man sich einen Job sucht, mit seinem Vermieter redet, wie man seine Lebensrisiken absichert, mit Hierarchie umgeht, seine persönlichen Beziehungen gestaltet und seine Kinder großzieht – alles. Die Radikalität der Veränderungen im Osten wurde in weiten Teilen Westdeutschlands nicht wahrgenommen. Vor dem Hintergrund auch heute notwendiger gesellschaftlicher Veränderungsprozesse erscheint mir dies als großer Verlust, denn damit bleibt eine wertvolle Erfahrung gesamtdeutsch ungenutzt. Keiner fragt die Ostdeutschen: Wie habt ihr das gemacht? Wie seid ihr da durchgekommen? Was hat euch gestärkt? Was ist bei einem solchen Veränderungsprozess wichtig? Und die Ostdeutschen reden nicht von selbst darüber. Viele waren wohl froh, als sie es geschafft hatten, emotional durch die Verunsicherungen der Wendezeit gekommen zu sein und wieder festen Boden unter den Füßen zu haben. So bleiben in einem kollektiv-gesellschaftlichen Sinne die Erkenntnisse aus diesen Erfahrungen ein ungehobener Schatz für die Veränderungsprozesse, mit denen wir künftig als Gesellschaft werden umgehen müssen.

Manchmal schaue ich auch von einem traumatherapeutischen Blickwinkel aus auf den Untergang der DDR. Ich glaube, dass die Radikalität und die Geschwindigkeit der Veränderungen einige Menschen/Familien/Gegenden traumatisiert zurück gelassen haben (»zu viel, zu schnell, zu plötzlich«). Als Psychotherapeuten wissen wir, dass Traumatisierungen quasi verkapselt die Zeiten überdauern können – bei einer »Wendefolgenstörung« ist es egal, ob die traumatisierende Phase zehn oder 30 Jahre zurück liegt. Es ist vielleicht eine gewagte Hypothese, aber es könnte sich lohnen, genauer darüber nachzudenken, ob in dem großen, undifferenzierten Zorn der Pegida-Wutbürger nicht auch Traumaenergie steckt.

Ausblick: Lebendigkeit

Leichter wäre der gesellschaftliche Prozess der Wiedervereinigung wahrscheinlich gewesen, wenn wir ihn von Anfang an als interkul-

turellen Prozess gesehen hätten. Nicht umsonst gilt in der Gestalttherapie das Anerkennen dessen, was ist, als der wesentliche Schlüssel zu ganzheitlicher Veränderung. Anzuerkennen, dass Sozialisationsbedingungen Menschen auf spezifische Art prägen und dass diese Prägungen nicht einfach verschwinden, wenn sich die äußeren Bedingungen ändern, führt dazu, sehen zu können, dass wir, die wir in der Teilungszeit geprägt wurden, unterschiedlich geworden sind – und es auf eine bestimmte Art auch bleiben werden. Dies anzuerkennen, kann zu der viel freieren Frage führen, welche Bedeutung diese Unterschiede heute haben – welche Bedeutung wir ihnen geben wollen und wie wir lebendig, konstruktiv und lustvoll mit ihnen umgehen wollen.

Es wird unsere persönliche und gesellschaftliche Lebendigkeit, Stabilität und Entwicklungsfähigkeit fördern, wenn wir uns die Zeit nehmen und die Mühe machen, den Entwicklungsprozess, gesamtdeutsch vereint UND unterschiedlich zu sein, emotional weiter voran zu treiben und nach und nach in vollem Umfang kontakt- und beziehungsfähig zu werden.