



## GESUNDHEITLICHE LANGZEITFOLGEN VON SED-UNRECHT



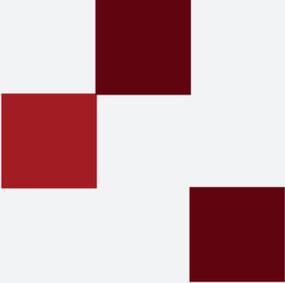
## Körperliche und psychische Langzeitfolgen von leiser Repression inklusive „Zersetzung“ in der DDR

Ein Überblick für Fachkräfte im  
Gesundheitswesen, Beratende und  
die interessierte Öffentlichkeit

Gefördert durch:



Der Beauftragte der Bundesregierung  
für Ostdeutschland



## Worum geht es?

---

Das Ministerium für Staatssicherheit (MfS) überwachte große Teile der DDR-Bevölkerung mit einem Netz aus offiziellen und inoffiziellen Mitarbeitern und anderen nichtstaatlichen Akteuren.

Ab den 1970er-Jahren setzte das MfS gegen politisch unliebsame Personen vermehrt leise, verdeckte Repressionen ein, um oppositionellen Handlungen vorzubeugen. Die intensivste Form war die sog. „Zersetzung“: eine gezielte Zermürbung von Persönlichkeit, Beziehungen und Lebenswegen.

Schätzungen zufolge waren zehntausende Menschen betroffen.

## Was haben die Betroffenen erlebt?

---

*Die 1976 eingeführte „Richtlinie 1/76“ standardisierte verschiedene leise Repressionsmethoden und kombinierte sie gezielt. Dazu gehörten:*

- *die Inszenierung beruflicher Misserfolge, z. B. Bildungs- und Berufsverweigerung*
  - *Verunsicherung und Disziplinierung, z. B. ständige Vorladungen zu Vorgesetzten*
  - *Einschränkung der Bewegungsfreiheit, z. B. Ausreiseverbote*
  - *Diskreditierung des Ansehens, z. B. Verbreiten von Gerüchten*
  - *Zerstörung des Privatlebens, z. B. demonstrative Überwachung und ständige Anrufe*
  - *Kriminalisierung wegen unpolitischer Delikte*
- 

*»Aber was noch furchtbarer war, dass die Stasi immer vor der Tür stand. [...] Die haben nichts gemacht, aber die haben mich immer verunsichert. Die haben entweder im Minutenrhythmus geklingelt bei mir, [...] oder sie waren auch im Haus und haben an die Tür geklopft. Wenn ich dann durch den Spion [geschaut habe], da war niemand zu sehen.«*

## Was sind die Folgen für Betroffene?

---

Die Folgen von leiser Repression sind nachhaltig, vielschichtig und komplex.

Betroffene leiden häufiger unter psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angst- oder somatoformen Störungen. Im Vergleich zu Menschen ohne Repressionserfahrungen berichten sie von höherem psychischen Stress, stärkerer Einsamkeit und erhöhter Bindungsvermeidung.

Leise Repressionen können auch die körperliche Gesundheit betreffen und z. B. mit höheren Entzündungswerten im Immunsystem zusammenhängen. Diese erhöhen u. a. das Risiko für Autoimmunerkrankungen.

Gleichzeitig berichten einige Betroffene von persönlichen Wachstumserfahrungen, etwa dem kritischen Hinterfragen oder einer erhöhten Wertschätzung für das eigene Leben.

## Wie können Betroffene entschädigt werden?

---

Seit der Novellierung der SED-Unrechtsbereinigungsgesetze 2019 können Betroffene von Zersetzungsmaßnahmen eine Einmalzahlung von 1.500 Euro als Entschädigung beantragen. Alternativ können Ausgleichsleistungen, z. B. durch die Rentenkasse beantragt werden.

Es kann schwer sein, Maßnahmen mit dem Ziel der Zersetzung und erlebte Folgen eindeutig nachzuweisen. Für mögliche Entschädigungsleistungen und Rehabilitierungsmöglichkeiten bietet es sich an, eine Beratungsstelle aufzusuchen und den persönlichen Einzelfall zu besprechen.

# Ausführliche Informationen und Literaturhinweise

---

Frommer, J., Schomerus, G., Spitzer, C., & Strauß, B. (2025).  
Gesundheitliche Langzeitfolgen von SED-Unrecht  
– Informationsbroschüre zum Verbundprojekt. Jena.

## Zur Website

---

[www.sed-gesundheitsfolgen.de](http://www.sed-gesundheitsfolgen.de)



## Zum Verbundprojekt

---

Das Verbundprojekt „Gesundheitliche Langzeitfolgen von SED-Unrecht“ ist eine Kooperation der Universitätskliniken Jena, Leipzig, Magdeburg und Rostock. Es wurde von 2021-2025 vom Beauftragten der Bundesregierung für Ostdeutschland (Förderzeichen: 411-AS 05/2021 und 411-AS 06/2024) gefördert.

