

Zu einer Buchpräsentation und Gespräch mit der Autorin Caro Matzko luden das Haus des Deutschen Ostens (HDO) und Wolfgang Schwarz, der Kulturreferent für die böhmischen Länder im Adalbert-Stifter-Verein (ASV), in das Sudetendeutsche Haus ein. Caro Matzko ist als Moderatorin aus Radio und Fernsehen bekannt und wurde 2023 in einer Folge der Sendereihe „Lebenslinien“ des Bayerischen Rundfunks (BR) gewürdigt. Bei der Veranstaltung unterhielten sich HDO-Direktor Andreas Otto Weber und ASV-Kulturreferent Wolfgang Schwarz mit der Moderatorin, die väterlicherseits aus Ostpreußen stammt.

Caroline Matzko wurde 1979 in Ulm geboren. Parallel zu ihrem Studium der Kommunikationswissenschaft, Politik und Soziologie an der Ludwig-Maximilians-Universität in München arbeitete sie von 2000 bis 2002 als Moderatorin bei der Jugendwelle des SWR in Baden-Baden. Ab 2002 war sie Moderatorin und Autorin beim Szenemagazin „Zündfunk“ und seit 2018 bei „1zu1 – der Talk“ auf Bayern2. Von 2004 bis 2008 präsentierte sie auf BR@lpha die beiden TV-Jugendformate „BlaaTeen“ und „Freiraum“.

Von 2009 bis 2017 reiste Caro Matzko für den Sender Arte für die Wissenssendung „X:enius“ durch die Welt. Und mit Fero Andersen präsentierte sie von 2014 bis 2019 den ARD-„Gesundheitscheck“ und „Gesundheit! Die Show“ im BR-Fernsehen. Von 2016 bis 2023 moderierte sie zusammen mit Rainer Maria Jilg auf ARD-alpha die Sendung „Planet Wissen“.

Seit Ende 2016 ist Matzko Partnerin in Hannes Ringlsetters Sendung „Ringlsetter“ im BR-Fernsehen. 2020 bis 2021 waren die beiden Moderatoren Teil der „Talk am Dienstag“-Reihe im Ersten mit ihrer Überraschungstalkshow „Club 1“.

### Vater aus Ostpreußen

Diese biographischen Daten stellte Wolfgang Schwarz eingangs kurz vor und erwähnte auch, daß sie vom Bayerischen Fernsehen in der bekannten Sendereihe „Lebenslinien“ in der Folge von Regisseurin Maike Conway „Caro Matzko – Trauriges Mädchen, witzige Frau“ dargestellt wurde. Denn Caroline Matzkos Kindheit und Jugend standen unter dem drohenden Schatten der Herkunft ihres Vaters und dessen traumatischer Erlebnisse. Vater Fritz Matzko, Jahrgang 1934, stammt aus Osterode im Kreis Osterode im Oberland in Ostpreußen und mußte als Zehnjähriger seine Heimat verlassen. Darüber berichtete die Moderatorin im Gespräch mit den Gastgebern: „Als Kind war es für mich nicht leicht, mit einer schwerst traumatisierten Per-



Caro Matzko, Professor Dr. Andreas Otto Weber und Dr. Wolfgang Schwarz im Visier der Kameras.

Bilder: Susanne Habel

Podiumsgespräch im Sudetendeutschen Haus in München

## Ein traumatisches Erbe



Nach der Veranstaltung gibt es Andrang vor der Bühne. Caro Matzko beantwortet geduldig Fragen aus dem Publikum und signiert Bücher.

son aufzuwachsen!“ Ihr Vater habe täglich von seiner Heimat und deren Verlust geredet. „Er fing erst an über die Schönheit der Landschaft zu reden, dann über seine Erlebnisse, daheim und auf der Flucht.“

Die Eltern des Vaters hätten in Osterode ein Hotel gehabt, dessen gutes Essen er immer betonte. Daher habe er auch seiner Frau Greta beigebracht, Königsberger Klopse zu machen. „Die besten hat tatsächlich meine Mutter gemacht, besonders fluffig, und natürlich mit Kartoffeln. Die waren sein ‚Rettungsring‘ aus Hack!“

Nach der schrecklichen Flucht, bei der auch der Großvater väterlicherseits von Russen verhaftet wurde, sei der Vater in Thüringen gelandet, habe jedoch trotz seiner guten schulischen Leistungen in der „DDR“ nicht Me-

dizin studieren dürfen. Daher sei er zu Bekannten nach Ulm gezogen und habe Maschinenbau studiert: „Er hat viel aufgebaut und geschafft!“ Materiell gesehen sei alles da gewesen. Nach seiner Pensionierung – „ich war nach meinem viel älteren Bruder ein spätes Kind“ – habe der Vater sie versorgt, da die Mutter weiter selbstständig tätig war. Und er habe weiter unablässig über seine Kindheit gesprochen. „Dazu gehörte auch die Glorifizierung des preußischen Militärs und der preußischen Tugenden.“

Sie selbst sei sehr fleißig und gut in der Schule, aber eher einsam gewesen. Mit seinen Flashs (also Blitzlichterinnerungen von dramatischen Geschehnissen) an die Greuel der Flucht und auch Vergewaltigungen sei ihr Vater bei den „Einheimischen“

auch nicht gerade beliebt gewesen. Die Familie hatte wohl wenig Kontakte.

In ihrer Wohnung habe es zwar wenige Erinnerungsstücke gegeben („nur ein altes Fotoalbum und ein bestickter, sehr zerfledderter Kissenbezug“), so Matzko, aber des Vaters Erinnerungen seien „voller Tretminen“ gewesen. Auch ihr älterer Bruder sei übrigens betroffen: „Bis heute hortet er zu Hause ganze Paletten mit Wasser und Nahrung für Notsituationen.“

Die kleine Caro flüchtete sich in ihren Leistungsdrang und schließlich in den Hunger: Sie wurde magersüchtig. Als sie nur noch 39 Kilo wog und „Wasser im Herzen“ hatte, war sie vom Tod bedroht. „Da landete ich in der Psychiatrie.“ Da seien die Eltern „eher erleichtert“ gewesen,

aufgrund der schlimmen Lage der Tochter. Eine wirkliche Besserung habe sie jedoch erst später erlebt, bei einer Traumatherapie mit EMDR („Eye Movement Desensitization and Reprocessing“, zu deutsch „Desensibilisierung und Verarbeitung durch Augenbewegung“).

Die EMDR-Therapie ist eine psychotherapeutische Methode zur Behandlung der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Ziel der EMDR-Therapie ist es, die Verarbeitung von Traumata oder Angstzuständen anzuregen und zu unterstützen. In den Sitzungen denkt der Patient an die belastende Situation. Dann fordert der Therapeut den Patienten auf, mit den Augen seinen Fingerbewegungen zu folgen. Die Augenbewegungen des Patienten stimulieren das Ge-

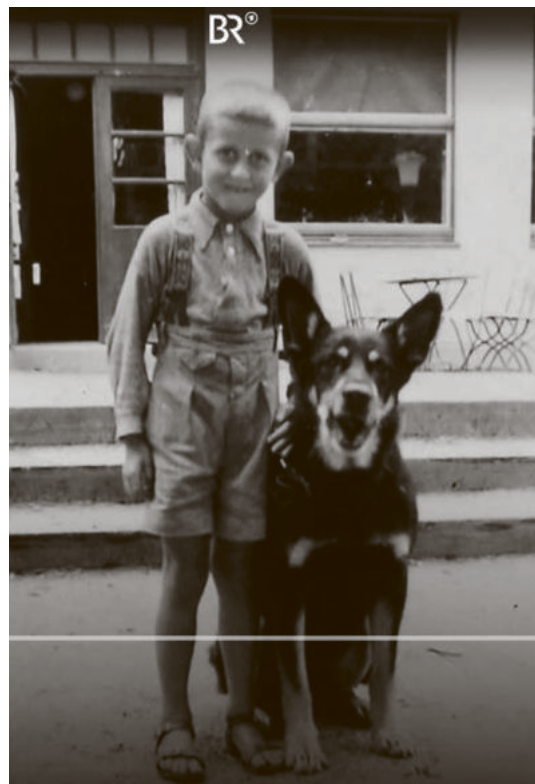
hirn, um das Geschehene zu verarbeiten. Wieder intensiv mit der Magersucht beschäftigt, so Matzko, habe sie sich bei einem Interview und daraus entstandenen gemeinsamen Buch mit der Body-Positivity-Aktivistin Tanja Marfo. Tanja, ihre frühere Maskenbildnerin, sei „morbid adipös“ gewesen und habe unter Eßanfällen gelitten. Als sehr großes Mädchen und mit einem hohen Gewicht habe Tanja viele Diäten gemacht, die aufgrund des Jojo-Effektes nicht viel Erfolg brachten. Sie habe dann Erfolg mit einem Blog im Internet gehabt und sei zu einer „Ikone der Plus-Size-Bewegung“ geworden. Die beiden Frauen wollten aufklären, wie Erlebnisse in der Jugend den Menschen prägen: Im Dezember 2020 sei mitten in der Coronazeit ihr gemeinsames Buch „Size egal – dein Selbstbewußtsein kann nicht groß genug sein“ erschienen. Seitdem halte sie, so Caro Matzko, auch viele Vorträge rund um das Thema Eßstörungen und mentale Gesundheit.

### Size oder Größe egal

Ihr Vater habe sich übrigens sehr gefreut, als die Einladung von HDO und ASV zum Gespräch gekommen sei, antwortete Caro Matzko auf die Frage von Andreas Otto Weber. Der Vater habe immer unter der Stigmatisierung als Vertreibungsoffer gelitten und sei auch „in die rechte Ecke gerückt“. Er habe sie früher zu Treffen seiner extrem rechten Gesinnungsgenossen mitgenommen und auch das „sehr tendenziöse ‚Ostpreußenblatt‘“ gelesen. Andererseits seien ihre Eltern auch zu einer Lesung aus ihrem Buch „Size egal“ in Ulm gekommen und hätten sich auf diese Konfrontation mit der Öffentlichkeit eingelassen. Die Matzko-Eltern seien wohl auch nicht die einzigen Betroffenen, denn in ihrer Schule habe es damals vier magersüchtige Mädchen gegeben, so Matzko.

Offensichtlich sind wohl oft eher der gesellschaftliche Leistungsdruck und der ungewollte Wiederholungszwang innerhalb von Familien an solchen Eßstörungen schuld, denn – wie Caro Matzko gestand – ihre eigene Tochter, eine sehr fleißige Schülerin, habe in der letzten Zeit stark abgenommen. „Wenn du dein Umfeld nicht kontrollieren kannst, dann kannst du dich immerhin noch selbst kontrollieren“, sagte Matzko zum Phänomen der Magersucht. Sie plane jetzt, endlich auch einmal in die ostpreußische Heimat ihres Vaters zu reisen, was sie bisher nicht gewagt hatte. **Susanne Habel**

Die Sendung über Caro Matzkos in den „Lebenslinien“ (Mai 2023) ist in der ARD-Mediathek noch ansehbar. Auch die Veranstaltung im Sudetendeutschen Haus wurde aufgezeichnet und wird auf dem YouTube-Kanal des Adalbert-Stifter-Vereins gezeigt.



Prägend in der Jugend: die Erinnerungen von Vater Fritz, links noch in Ostpreußen 1944, rechts bei der Hochzeit 1967. [www.ardmediathek.de/video/lebenslinien/caro-matzko-trauriges-maedchen-witzige-frau/br-fernsehen/](http://www.ardmediathek.de/video/lebenslinien/caro-matzko-trauriges-maedchen-witzige-frau/br-fernsehen/)

Buchhändler Wolfgang Perthel von der Buchhandlung am Gasteig in München mit Büchern von Caro Matzko und über Ostpreußen.

Caro Matzko, Tanja Marfo: „Size egal. Dein Selbstbewußtsein kann nicht groß genug sein“. Lübbe-Life-Verlag, Köln 2020. 256 Seiten, 16,90 Euro, E-Book 12,99 Euro, Hörbuch (Download, ungekürzt) 11,99 Euro. (ISBN 978-3-7517-0425-0)