

Vorwort	9
Was ist eigentlich ein Kulturschock?	10
<b>Landesnatur</b>	13
<b>Vergangenheit und Gegenwart</b>	19
Vorbemerkungen	20
Die <i>Kiever Rus'</i> (Mitte 9. bis Mitte 13. Jahrhundert)	22
Der Moskauer Staat (1300 bis 1700)	26
Das Petersburger Imperium (1700 bis 1917)	38
Sowjetmacht/UdSSR (1917/1922 bis 1991)	56
Exkurs „Russland als Vielvölkerreich“	67
<b>Wandel und Kontinuität</b>	75
Strukturen	76
Russische Föderation/Russland	76
Präsidenten	78
Sprachen und Schriften	81
Die Russisch-Orthodoxe Kirche	83
Exkurs „Juden in Russland“	88
Erscheinungsbild	89
Zeitrechnung und Kalender	91
Denkweisen und Lebensformen	91
Weite und Unbegrenztheit	91
Individualismus	93
Patriotismus	94
Hierarchien und <i>načal'nik</i> -Denken	96
Titel, Ränge, Würden	97
Bürokratie und <i>blat</i>	98
Kollektivismus	99
Gegensätze	100
Frauen und Männer, Großmütter und Enkel	100
Privilegierte und andere	107
Eliten und Volksbildung	112
Intelligencija und Intelligenz	121
Informierte und Uninformierte	125
Stadt und Land, Metropolen und Provinz	127

Europa und Asien	131
Naturliebe und Umweltkatastrophen	135
Exkurs „Moskau und St. Petersburg – zwei Metropolen im Wettstreit“	137
Aus dem Alltagsleben der Moskauer	141
Wohnung	141
Essen und Trinken	147
Arbeit	149
Feiertage und Feste	153
Freizeit und Urlaub	157
Feiern und Alkohol im tagtäglichen Leben ...	161
Gesundheit und Krankheit	162
Alter, Behinderung, Tod	165
Es gibt mehr Ding' im Himmel und auf Erden ...	167
Exkurs „Russisch oder sowjetisch?“	170
Gegenwart und Zukunft – einige Tatsachen und Perspektiven	174

## ***Russland und die Fremden, Fremde in Russland***

	179
Denk- und Verhaltensweisen	180
Was dem Fremden noch so auffällt	185
Wie der Fremde den Alltag erlebt	190
Namen und Anreden	190
Telefon	192
Kleidung, Kosmetik, Düfte	193
Hygiene und Sauberkeit	195
Tagesrhythmus	196

Hotel, Restaurant etc.	196
Verkehr	199
Einkaufen	203
Museum, Theater, Konzert, Kino	207
Zu Gast	209
Ein paar Notizen aus der Hochschule	214
<b>Russen und Deutsche</b>	217
Begegnungen	218
Historisch-politischer Bereich	218
Philosophisch-kultureller Bereich	228
Emigration	229
Kolonisten, Deutsche und „Deutschländer“	229
Selbstbilder und Fremdenbilder	231
Alltagswahrnehmungen in Deutschland	233
Hörerpost	235
Nachwort	238
<b>Anhang</b>	239
Russische Föderation/Russland – einige Zahlen und Fakten	240
Wissenschaftliche Umschrift aus dem Russischen	242
Anmerkungen	243
Literaturverzeichnis	248
Register	259
Die Autorin	264