



Was tun? Eingreifen auf die Gefahr hin, selbst verletzt zu werden? Oder einfach weitergehen?

Helfen - aber wem und wie?

Man müsste ... mutiger sein. Das ist kein Vorsatz fürs neue Jahr, sondern ein stetiger Appell an jede und jeden. Doch wenn es brenzlich wird, schauen viele weg. Wenige, weil sie nicht helfen wollen. Viele, weil sie nicht wissen, was sie tun sollen. Oder weil sie Angst haben. Bleibt die Frage: Kann man Zivilcourage lernen? Man kann. Und das bedeutet nicht, zum Helden zu werden, sondern sich erst einmal mit seiner eigenen Wahrnehmung auseinanderzusetzen

Nach den fremdenfeindlichen Übergriffen in Müggeln (Sachsen) im August dieses Jahres forderte die Bundeskanzlerin Angela Merkel die Bürger auf, „so etwas wie Zivilcourage zu zeigen“. Solche Appelle haben mittlerweile eine gewisse traurige Tradition. Fast nach jedem rechtsradikalen Übergriff sieht sich die Bevölkerung mit der Forderung nach mehr Zivilcourage konfrontiert. Dies lässt die Frage aufkommen, warum scheinbar so wenig Zivilcourage gezeigt wird.

Eine Antwort könnte sein, dass nur der Mangel an Zivilcourage den Sprung in die Medien schafft, die erfolgreiche Zivilcourage jedoch im Stillen wirkt. Dann gäbe es also gar nicht zu wenig Zivilcourage im Allgemeinen, sondern nur den punktuellen Mangel. Eine weitere Antwort könnte sein, dass es tatsächlich zu wenig Zivilcourage gibt. Zu oft fehlen jedoch weniger die Motivation zur Zivilcourage als spezielle Fähigkeiten, zivilcouragiert zu handeln. Denn wenn ich nicht genau weiß, was ich in solch einer Situation tun soll, dann lasse ich es besser, sagen sich viele Menschen.

Vermutlich treffen beide Antworten zu. Die zweite Antwort eröffnet jedoch Chancen, diesem Missstand zu begegnen: Mangelnde Fähigkeiten kann man erlernen und trainieren. Zivilcourage bedeutet ein mutiges, öffentliches Eingreifen zu Gunsten bedrohter Menschen, die persönliche Wertebasis dafür kann unterschiedlich sein: Verfassungen, die Menschenrechtscharta der UN, religiöse Überzeugungen. Auf diesen Grundlagen findet somit ein möglicherweise aufopferndes Helfen in der Öffentlichkeit statt, wenn andere Menschen in ihrer körperlichen und seelischen Unversehrtheit bedroht sind. Zivilcourage kann aber nur gezeigt werden, wenn Menschen nicht nur zivilcouragiert sein wollen, sondern auch wissen, wie sie es im Alltag umsetzen können.

Dazu wurde in den vergangenen Jahren eine Reihe von psychologisch fundierten Trainings entwickelt, deren Wirksamkeit

empirisch nachgewiesen werden konnte. In diesen Trainings, die zumeist ein bis zwei Tage dauern und speziell jeweils auf Kinder, Teenager und Erwachsene zugeschnitten sind, wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern grundlegendes Wissen zu Zivilcourage vermittelt und tatsächliches Verhalten eingeübt.

Die Trainings sind altersgruppenbezogen gestaltet, gemeinsam ist ihnen aber eine Grundstruktur aus Situationserkennung, z. B. über die Diskussion von eigenen Erfahrungen, und der Übung von tatsächlichem Verhalten in Rollenspielen. Es werden wichtige Fähigkeiten vermittelt, z. B. richtige verbale Intervention (Deeskalation und Stimmtraining) bis hin zum Einüben von Notrufkommunikation unter Belastung. Denn in aller Ruhe kann man die W-Fragen (wer meldet wo und was) immer beantworten, in Aufregung wird daraus leicht ein unzusammenhängendes Stammeln, das dann nicht oder verspätet zum Polizei- oder Rettungseinsatz führt. Die Trainings zeigen situationsbedingte und persönliche Möglichkeiten und Grenzen auf und ermöglichen ein individuell erfolgreiches zivilcouragiertes Verhalten.

Ziel der Trainings ist aber nicht nur, „Techniken“ zur erfolgreichen Umsetzung von Zivilcourage zu vermitteln, sondern das Selbstvertrauen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu stärken. Auch die Fähigkeit, in kritischen Situationen besonnen zu agieren, eigenes Handeln unaufgeregt und nachhaltig umzusetzen, gehört dazu. Ein wichtiger Inhalt der Trainings besteht auch darin, Wertegrundlagen zu diskutieren und gegebenenfalls sogenannte „Opferhierarchien“ abzubauen. Oftmals unterscheiden sich Menschen unterschiedlicher Altersgruppen oder Geschlechts darin, was sie als tolerierbar und unproblematisch erachten, welchen Opfern sie auf jeden Fall helfen würden, welchen „man helfen könnte“, oder bei welchen sie doch eher wegschauen: Kinder und Hunde stehen dabei an erster und zweiter Stelle, Aus-

Was tun, wenn's brenzlig wird?

Jeder kann im Rahmen seiner Möglichkeiten helfen, damit eine Straftat vereitelt oder „gebremst“ wird. Die Polizei gibt sechs Tipps für zivilcouragiertes Handeln:

1. Ich helfe, ohne mich selbst in Gefahr zu bringen.

Niemand erwartet, dass Helfer ihre eigene Gesundheit aufs Spiel setzen oder den Helden spielen. Es gibt andere Möglichkeiten: Mitstreiter suchen, die Polizei verständigen, Hilfe anbieten und Provokation vermeiden.

2. Ich fordere andere aktiv und direkt zur Mithilfe auf.

Oft passiert es, dass umstehende Menschen eine Gewalttat tatenlos geschehen lassen, weil jeder hofft, dass andere einschreiten. Deshalb am besten als erstes reagieren und andere auffordern mitzumachen.

3. Ich beobachte genau und präge mir Täter-Merkmale ein.

Haarfarbe, Kleidung, Automarke: Eine möglichst genaue Beschreibung des Täters hilft der Polizei dabei, ein Verbrechen schnell aufklären zu können.

4. Ich organisiere Hilfe unter Notruf 110.

Je schneller die Polizei informiert wird, desto besser können die Täter ermittelt werden.

5. Ich kümmere mich um Opfer.

Erste Hilfe ist die beste Hilfe.

6. Ich stelle mich als Zeuge zur Verfügung.

Viele Täter kommen ohne Strafe davon, weil sich Zeugen nicht bei der Polizei melden – aus Angst, Zeitmangel oder Bequemlichkeit.

Quelle: Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes, www.aktion-tu-was.de

länder folgen oft pflichtschuldig auf Platz 3, aber Menschen mit Behinderung und Obdachlose rangieren häufig ganz am Ende einer absurden Hierarchie von Menschen, die mehr oder weniger „wert“ erscheinen, Hilfe zu bekommen. Die Auseinandersetzung mit einer derartigen Unterteilung hilft, eigene Präferenzen in der Auswahl der Situationen, die wahrgenommen werden und in denen eingegriffen wird, aufzudecken und abzubauen.

Ein weiterer Aspekt der Trainings ist es, Zivilcourage aus ihrem „rechtsradikalen Korsett“ zu lösen. Unbestritten ist Zivilcourage im Kontext von rechtsradikalen oder fremdenfeindlichen Übergriffen, Parolen oder „Witzen“ absolut notwendig. Dabei darf jedoch nicht aus den Augen verloren werden, dass es im Alltag noch eine Menge anderer Situationen gibt, in denen Zivilcourage notwendig ist. Häusliche Gewalt, sexuelle Belästigung, Mobbing am Arbeitsplatz, Bullying (d. h. Übergriffe auf schwächere Mitschüler) an Schulen sind Beispiele, in denen ein zivilcouragiertes Handeln notwendig ist. Vergleicht man die Häufigkeit von rechtsradikalen Übergriffen mit der Wahrscheinlichkeit, dass man auf eine der vorgenannten Alltagssituationen trifft, so kommt man zu dem Schluss, dass Zivilcourage dort viel häufiger zum Einsatz kommen kann.

Diese Sichtweise bestätigen auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den Zivilcourage-Trainings. Die meisten Menschen, auch Kinder und vor allem Jugendliche, können eine Vielzahl von Situationen aus ihrem persönlichen Erleben berichten, in denen sie selbst Opfer geworden sind oder beobachtet haben, dass andere Opfer wurden. Der Opferstatus ist dabei nicht auf körperliche Schäden beschränkt, sondern umfasst auch psychische Gewalt. Beispielsweise berichtete ein Monteur aus Sachsen in einem Training, dass er in seinem westdeutschen Arbeitsteam seit Jahren aufgrund seines Dialekts schikaniert wird und die niedrigsten Ar-

beiten ausführen muss, aber selbst trotz seiner Erfahrungen nicht in der Lage ist, seinen polnischen Kollegen beizuspringen, denen es ähnlich oder noch schlechter ergeht.

Der erste Schritt hin zur Zivilcourage ist, die Bedrohung zu erkennen und sie nicht zu ignorieren, der zweite ist das adäquate Einschreiten. Wer in einer vermeintlich „heilen Welt“ lebt, verliert leicht die Antennen für bedrohliche oder gar gefährliche Situationen. Das persönliche Umfeld bestimmt mit, welchen Erfahrungen und Eindrücken man ausgesetzt ist. Im Englischen gibt es dafür den schönen Ausdruck „street-wise“ zu sein, sich also mit den Gepflogenheiten der Straße (wörtlich) oder den spezifischen Kontexten auszukennen und zu wissen, wie man sich verhalten muss. Wer zum Beispiel wenig in öffentlichen Nahverkehrsmitteln unterwegs ist, kann das Geschehen dort schlecht einschätzen. Ältere Menschen erleben normalen Umgang unter Jugendlichen oftmals als verroht und als für sie selbst bedrohlich, auch wenn dies aus der Sicht der Jugendlichen überhaupt nicht so ist und diese nur auf ihre heute altersgemäße Art Spaß haben. Wer in großstädtischen Quartieren wohnt, erlebt ganz andere soziale Brennpunkte als eine Angestellte, die im eigenen Auto von der Vorstadtreihenhaus-

Links

www.zivilcourage-grenzenlos.de
www.zivilcourage-pirna.de
www.schule-ohne-rassismus.org
www.schueler-ueben-zivilcourage.de/index.html
www.eingreifen.de
www.schueler-mobbing.de
www.zeige-courage.de
www.aktioncourage.de
www.friedenspaedagogik.de
www.goettingen.de/muttutgut
www.netzgegenrechts.de
www.projekt-zivilcourage.de/start.htm

siedlung jeden Tag zur Arbeit und zurück fährt.

Dies bedeutet nicht, dass die einen mehr und die anderen weniger Situationen ausgesetzt sind, in denen Zivilcourage von Nöten sein kann, sondern verweist lediglich auf eine unterschiedliche Sensibilisierung für eigene und fremde Umwelten. Auch in der Reihenhaus-siedlung finden sich häusliche Gewalt, Übergriffe und Rassismus. Nur muss man dort vielleicht genauer hinschauen, da die kritischen Situationen eben nicht so deutlich in Erscheinung treten. Gerade in kleinen ländlichen Gemeinden kann dieser heile Eindruck entstehen, da die dortigen Sozialstrukturen Missstände eher zudecken und vertuschen, um die Gemeinschaft vermeintlich nicht zu gefährden.

Jemand, der oder die zivilcouragiert handelt, kann sich nicht der Unterstützung aller sicher sein, denn sie oder er bricht die gewohnten Grenzen und Tabus, mit denen es sich bequem leben ließ. Nicht nur feste soziale Strukturen, wie sie z. B. auch in Vereinen oder engen Freundeskreisen vorkommen, schränken die persönliche Fähigkeit ein zu erkennen, wann und ob jemand Hilfe benötigt. Die Sensibilität für die Bedrohung von Anderen bringen häufig Menschen auf, die selbst schon einmal Opfer waren oder die die Perspektive eines Opfers aufgrund eigener Schwäche oder Ausgrenzungserfahrungen gut einnehmen können. So kommt es in dokumentierten Fällen von zivilcouragiertem Verhalten immer wieder vor, dass Angehörige von ethnischen Minderheiten, alte oder behinderte Menschen als erste die Notwendigkeit zur Intervention erkannt und danach gehandelt haben.

Gerade diese Menschen sind es aber, die sich selbst die Fähigkeit zur erfolgreichen Intervention absprechen, d. h. sie werten oft ihre eigenen Kompetenzen ab. Hier muss man deutlich feststellen, dass dies nicht der Realität entspricht. In einem Training zweifelte eine Rollstuhlfahrer- →

Kinder und
Hunde zuerst.
Auch wenn es
niemand gerne
offen zugibt, so
haben doch
viele Menschen
insgeheim eine
Art Opfer-
hierarchie. Ob-
dachlose und
Menschen mit
Behinderung
stehen meist
ganz unten.

rin an sich und ihrer Zivilcourage, da sie leicht übersehen wird und keine große körperliche Gewalt ausüben kann. Im Training lernte sie aber für sich, dass sie durch genaue Beobachtung, die eindringliche Ansprache Dritter und die Aufforderung zur Hilfeleistung oder durch die Alarmierung der Polizei zivilcouragierter sein kann als manch andere. Sie besitzt die Sensibilität, über die beispielsweise ein junger, kräftiger Mann, der hinter dem Musikvorhang seines iPod vom Geschehen nichts mitbekommt oder mitbekommen will, nicht unbedingt verfügt.

Zivilcourage wird häufig als körperliches Eingreifen missverstanden. In den meisten Fällen aber ist sinnvolle Zivilcourage ein opferorientiertes Handeln und keine Eskalation mit dem Täter. Selbst in den Fällen, in denen ein direktes, körperliches Handeln geboten scheint, ist ein gekonnter Anruf bei der Polizei die sicherere und bessere Alternative. Zivilcourage ist keine Schnellstraße zum Märtyrertum. Eine umfassende Zeugenaussage kann viel wirksamer sein, als selbst zum Opfer zu werden, weil man sich unüberlegt gegen einen Täter gestellt hat.

Erfahrungsgemäß ist ein strategisch erfolgreiches zivilcouragiertes Verhalten oft in seiner Art überraschend und gibt so unerwartete Handlungsspielräume: Manchmal bremsst ein Witz eine dumme Stammtischparole besser als eine langwierige Argumentation dagegen. Vielfach stellt die Frage nach dem nächsten Zigarettenautomaten den kurzen, aber ausreichenden Moment dar, um in einem Streit den Täter innehalten zu lassen und danach das Opfer unter einem Vorwand aus der Situation zu „geleiten“. Häufig wird gegen Zivilcourage im Bereich häuslicher Gewalt, Mobbing oder Bullying angewendet, dass man dem Opfer zwar in der Situation, aber nicht langfristig geholfen hat. Die einmalige Intervention könne z. B. spätere Racheaktionen des Täters hervorrufen, die dann nicht mehr kontrollierbar seien. Generell ist es eine Frage des Anspruchs an sich selbst: Zivilcourage verlangt nicht nach Heldentaten; auch weniger anspruchsvolle Ziele, wie z. B. der Wunsch, sich selbst treu zu bleiben, einen Akt der Solidarität zu zeigen, das Opfer nicht dem Gefühl völligen Alleingelassenseins zu überlassen, sind Zeichen von Verantwortung und sozialem Mut. Und oftmals lassen sich dann auch längerfristige Unterstützungsmaßnahmen umsetzen, wenn die Sachlage, z. B. ein Fall von häuslicher Gewalt, bekannt ist.

Kinder und Jugendliche sind und handeln vielfach zivilcouragierter, als dies den Erwachsenen lieb ist. Das stellt die Frage, inwiefern das Problem mangelnder Zivilcourage in der Erziehung der Kinder und Behandlung der Jugend begründet liegt.

Zum Weiterlesen

Aktion Mensch und amnesty international (Hg.), Voll die Helden! 20 junge Autoren über Zivilcourage, Arena Verlag, 4,50 Euro

Jonas, K. J./ Boos, M./ Brandstätter, V., Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis, Hogrefe, 29,95 Euro

Bundeszentrale für politische Bildung (2004), Zivilcourage lernen. Analysen, Modelle, Arbeitshilfen, 4 Euro, erhältlich über die Bundeszentrale für politische Bildung, Bundeszentrale für politische Bildung, Adenauerallee 86, 53113 Bonn, Telefon 0228/99 515-115, eMail info@bpb.de, www.bpb.de

Was ist das richtige Maß an Zivilcourage? Auf der Website www.menschen-das-magazin.de ist Platz für Ihre Meinung.

Handelt ein oder ein/e Jugendliche/r, der oder die auf einer Familienfeier gegen fremdenfeindliche oder sexistische Späße laut aufbegehrt und dabei die „gute“ Stimmung zerstört, zivilcouragiert oder einfach nur unerzogen? Nach der Definition von Zivilcourage ist dies ein klarer Fall. Mutig ist es, im Kreis der Familie gegen ältere Autoritätspersonen das Wort zu erheben. Ein solches Verhalten besitzt auch eine gewisse Öffentlichkeit. Bedrohte Dritte werden in dem Sinne geschützt, dass ihre Würde (auch in ihrer Abwesenheit) gewahrt wird. Negative Sanktionen wird der oder die Jugendliche vermutlich auch erfahren, denn genügend Erwachsene werden ein solches Handeln als schlechte Erziehung ansehen. Im Sinne einer Erziehung zur Zivilcourage wäre es gerade wünschenswert, diese negative Sanktion würde nicht stattfinden. Sophie und ihr Bruder Werner Scholl beispielsweise waren zum Zeitpunkt ihrer Aktionen gegen das Regime im Dritten Reich erst 20 Jahre alt und gelten als prototypische Beispiele für Zivilcourage. Die Erziehung zu zivilcouragierten Menschen muss also früh beginnen.

Zivilcourage will geübt sein. Nicht ohne Grund lautet der Titel eines Zivilcouragetrainings „Kleine Schritte statt Heldentaten“. Zivilcourage fängt im Kleinen an, im Freundes- und Familienkreis oder unter Kollegen. Wer sich dort erfolgreich geübt hat, Grenzen ausgetestet hat und wem erfolgreiche Handlungsstrategien in Fleisch und Blut übergegangen sind, der kann gut gerüstet aktiv werden, auch wenn der Ausgang unwägbar ist. ←