

„Man muss gar kein Held sein“

Veronika Brandstätter, Motivations- und Sozialpsychologin in Zürich, über Zivilcourage und wie sie sich trainieren lässt

Frau Professor Brandstätter, Sie leben seit drei Jahren als Deutsche in der Schweiz. Was sagen die Schweizer zu den Attacken auf Ausländer in Deutschland?

Das ist hier kein großes Thema. Den Zeitungen waren die Geschehnisse in Sachsen und Rheinland-Pfalz nur kleine Meldungen wert. Fremdenfeindlichkeit und Rechtsextremismus werden von vielen eher als deutsche Probleme angesehen.

Ist die Schweiz wirklich frei davon?

Es gibt hier durchaus eine rechte Szene und auch Parteien, die ganz offen mit fremdenfeindlichen Parolen in den Wahlkampf ziehen. Aber im Großen und Ganzen ist die Bevölkerung für die Integration von Ausländern.

Was denken Sie, wenn Sie erfahren, dass in der sächsischen Gemeinde Mügeln Ausländer angegriffen wurden und Ihre Landsleute sie nicht geschützt haben?

Ich frage mich, ob das Geschehen wirklich Ausdruck einer fremdenfeindlichen Gesinnung ist oder ob sich dahinter eher eine große Hilflosigkeit verbirgt. Ich glaube, das zweite gilt für die meisten Mügeln: Vermutlich haben viele von ihnen jetzt ein schlechtes Gewissen.

Wie kommen Sie darauf?

Weil es sehr vielen Menschen an Zivilcourage mangelt. So gaben in einer Umfrage von Marburger Psychologen um Ulrich Wagner 15 Prozent der Befragten an, schon einmal Zeuge eines verbalen oder physischen Übergriffs auf Angehörige einer ethnischen Minderheit gewesen

zu sein – aber nur gut ein Drittel hatte versucht, dem Attackierten zu helfen. Wenn man nach der inneren Haltung fragt, bekennt sich aber ein wesentlich höherer Anteil der Bevölkerung zu den Menschenrechten und plädiert dafür, Schwächere zu schützen. Zivilcourage hat in Deutschland einen hohen Stellenwert – theoretisch.

Die Überzeugung umzusetzen, fällt also vielen offenbar schwer. Muss man dafür ein Held sein?

Ein Held muss man nicht sein, aber bestimmte Persönlichkeitsmerkmale wie Selbstbewusstsein, emotionale Stabilität, eine geringe Ängstlichkeit und die Fähigkeit, Stress auszuhalten erleichtern zivilcouragiertes Verhalten.

Haben die Ängstlichen und Labilen keine Chance?

Doch, denn Zivilcourage lässt sich trainieren. Man kann bestimmte Routinen entwickeln und sie im Bedarfsfall sofort abrufen. Ich habe vor Jahren ein solches Training entwickelt und immer wieder mit Gruppen in ganz Deutschland gemacht.

Stellen wir uns vor, jemand aus Ihrem Kurs wäre in Mügeln gewesen. Für welches Verhalten hätten Sie ihm eine Eins gegeben?

Nach allem, was ich weiß, gab es dort ein hohes Eskalationspotential. Dann kann es lebensgefährlich sein, nah an die Täter heranzutreten, um sie mit Worten zu beschwichtigen. Man sollte zwar versuchen, sich einen Überblick über die Situation zu verschaffen, aber

dabei unbedingt Abstand halten und gleich mit der Notrufnummer 110 die Polizei alarmieren.

Und dann zusehen, wie jemand verprügelt wird, bis die Polizei eintrifft?

Die Polizei sofort zu rufen, ist ja schon sehr viel. Oft passiert das nicht. Je mehr Leute in einer Notsituation anwesend sind, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass jemand hilft – das ist fast schon ein psychologisches Gesetz. In so einer Situation guckt jeder jeden mit fragendem Gesichtsausdruck an. Außerdem schiebt man sich gegenseitig die Verantwortung zu und am Schluss hat keiner etwas gemacht.

Wie kann man sich aus der Massenhypnose lösen?

Indem man sich sagt: Wenn nicht ich, wer dann? Wenn einer nach dieser Devise handelt, kommt Bewegung in die Masse. Man kann zum Beispiel Umstehende um Hilfe bitten – etwa so: „Sie, mit der blauen Jacke, bitte holen Sie einen Krankenwagen.“ Man kann laut um Hilfe schreien oder die Täter mit Schreien zum Aufhören drängen. Sobald eine Person die Initiative ergreift, machen andere mit – und, ganz wichtig, die Täter merken, dass sie auf Widerstand stoßen. Das irritiert sie, denn mit Opfern haben sie gerechnet, nicht aber mit Gegnern.

Aber ist das nicht wie beim Erste-Hilfe-Kurs: Man lernt die Handgriffe, kann sich aber im Notfall nicht mehr so richtig daran erinnern.

Wir haben den Effekt unseres Trainings zwei Jahre nach Abschluss überprüft. 62 Prozent der Teilnehmer

Zur Person

Veronika Brandstätter ist seit 2003 Professorin für Allgemeine Psychologie an der Universität Zürich. Die 44-Jährige beschäftigt sich schon viele Jahre mit dem Thema Zivilcourage – in Theorie und Praxis. Sie hat das Zürcher Zivilcourage Training entwickelt.




UNI ZÜRICH

Die Psychologin

stammt aus Bayern und studierte an der Universität München.

Zusammen mit Ihren Kollegen

Kai Jonas und Margarete Boos hat sie ein Buch zum Thema herausgegeben: Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis, Hogrefe Verlag, Göttingen 2007, 29,95 Euro.

 Mehr über Zivilcourage: www.psychologie.unizh.ch/motivation/zivilcourageportal/

gaben an, seither in einer Situation eingegriffen zu haben, in der ein Mitmensch beleidigt, diskriminiert oder angepöbelt wurde. In einer Kontrollgruppe mit Menschen ähnlichen Alters und Bildungsstands, die das Training nicht besucht hatten, konnten das nur 40 Prozent von sich sagen.

Wie verläuft Ihr Zivilcourage-Training?

Es dauert zwei Tage. Ideal sind 15 bis 18 Teilnehmer, aber es geht auch mit 30 Leuten. Zunächst ver-

suchen alle, sich darüber klar zu werden, was sie unter Zivilcourage verstehen, in welchen Situationen sie sich dementsprechend verhalten haben und in welchen Situationen nicht. Danach wird psychologisches Fachwissen vermittelt: wie Zivilcourage entsteht, was sie behindert und wie sie situationsgerecht umgesetzt werden kann. Danach üben wir zusammen in Rollenspielen die Umsetzung des Gelernten.

Wie kann man sich das vorstellen?

Es gibt drei typische Situationen, in denen Zivilcourage gefragt ist. Zum einen, wenn Parolen gedroschen werden, wenn zum Beispiel im Lehrerzimmer über einen abwesenden Kollegen gelästert wird. Zivilcourage könnte dann bedeuten, die Kritiker zu bitten, sich unter vier Augen mit dem Kollegen auseinanderzusetzen. Die nächste Eskalationsstufe ist die Pöbelelei, in der ein Anwesender angefeindet wird – zum Beispiel eine Afrikanerin, die Bus fährt und von einem Mitreisenden zu hören bekommt: „Was hat die denn für einen Topflappen an, die liegt uns doch sowieso nur auf der Tasche.“ Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, darauf zu reagieren und man kann sich je nach eigenem Temperament eine aussuchen. Manche sagen zum Opfer – und das ist eine sehr wirksame Strategie: „Ich finde Ihre Kleidung gut – und bitte setzen Sie sich doch neben mich.“ Wer sich ganz mutig fühlt kann den Pöbler direkt ansprechen und sagen: „Sie sind sehr unfreundlich, bitte lassen Sie das.“ Am heikelsten ist die Prügeldituation. Das können wir

im Rollenspiel natürlich nicht nachstellen. Wir behelfen uns mit einer Gedankenübung. Den Teilnehmern wird eine Szene geschildert, etwa wie Jugendliche einen Obdachlosen schlagen. Alle stellen sich vor, wie es ist, wenn man Zeuge eines solchen Vorfalls wird und wie man richtig reagiert – wie man also cool bleibt und die eigene Aggression zügelt. Anschließend sollte man sich einen Überblick über die Situation verschaffen und Hilfskräfte organisieren.

Was in Mügeln nicht gut geklappt hat, funktionierte in Rheinland-Pfalz: Auch dort wurden kürzlich Ausländer angegriffen, aber einige Zuschauer haben schnell die Polizei alarmiert. Gibt es in Westdeutschland mehr Zivilcourage?

Das kann ich nicht beurteilen. Ich habe großartige, mutige ostdeutsche Lehrer kennengelernt, die eine Fortbildung in Demokratiepädagogik gemacht haben und dabei auch ein Zivilcourage-Training absolvierten. Seit der Wende zeigen Studien jedoch, dass die Eigeninitiative in Ostdeutschland geringer ausgeprägt ist als im Westen. Man hat weniger das Gefühl, etwas bewegen zu können. Die unterschiedlichen Reaktionen in Sachsen und Rheinland-Pfalz auf Übergriffe könnten damit zu tun haben. Aber hier wie dort gilt: Für Zivilcourage sind gar keine Heldentaten erforderlich – kleine Schritte genügen.

Interview: Lilo Berg