

Zivilcourage beginnt im Kleinen

von Prof. Dr. Veronika Brandstätter-Morawietz

Der Begriff Zivilcourage wird häufig assoziiert mit unerschrockenen Heldentaten. Als Münchnerin denke ich beispielsweise an Menschen wie Hans und Sophie Scholl – Mitglieder der Widerstandsgruppe «Die Weiße Rose», die im Kampf gegen die Nazi-Diktatur in Deutschland mit ihren Flugblattaktionen ihr Leben riskierten. Auf ihren Flugblättern prangerte «Die Weiße Rose» «die grauenvollste und jegliches Maß unendlich überschreitenden Verbrechen» des Nazi-Regimes an und rief in eindringlichen Worten die Bevölkerung auf, ihrer Verantwortung nachzukommen und Widerstand zu leisten. Und weiter heißt es im ersten Flugblatt der Widerstandsgruppe: «Wenn jeder wartet, bis der andere anfängt, werden die Boten der rächenden Nemesis unaufhaltsam näher und näher rücken, dann wird auch das letzte Opfer sinnlos in den Rachen des unersättlichen Dämons geworfen sein. Daher muss jeder einzelne seiner Verantwortung als Mitglied der christlichen und abendländischen Kultur bewusst in dieser letzten Stunde sich wehren, soviel er kann, arbeiten wider die Geisel der Menschheit, wider den Faschismus und jedes ihm ähnliche System des absoluten Staates ...»

Sophie Scholl wurde, nachdem sie neun Monate in der Widerstandsgruppe aktiv gewesen war, im Februar 1943 beim Verteilen von Flugblättern im Lichthof der Universität München entdeckt, bei der Gestapo angezeigt und wenige Tage später zusammen mit ihrem Bruder Hans und ihrem Kommilitonen Christoph Probst hingerichtet. Ein anderes Beispiel von Zivilcourage stellt der frühere Bürgermeister von Palermo, Leonluca Orlando, dar, der unerschrocken, stets in Lebensgefahr dem organisierten Verbrechen die Stirn geboten hat.

Diese Menschen gelten mit ihrem Aufbegehren gegen die Verletzung bürgerlicher Grundrechte, gegen Gewalt und Menschenverachtung als die Vorbilder für Zivilcourage. Der herausragende Mut einzelner darf jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass zivilcouragiertes Verhalten gerade auch «im kleinen», in den verschiedensten Lebensbereichen notwendig werden kann, wenn Menschen beleidigt, ausgelacht, gedemütigt, bedroht oder angegriffen werden. Zivilcourage ist nicht nur in menschenverachtenden politischen Systemen oder im Umfeld von Organisierter Kriminalität von Bedeutung, sondern auch in unserem Alltag. In vielen Bereichen des täglichen Zusammenlebens lassen sich Diskriminierung und ein Klima von Feindseligkeit beobachten – zum Beispiel bei Antisemitismus und Fremdenfeindlichkeit, bei Ausgrenzung und Schikane am Arbeitsplatz, bei Gewalt gegen Kinder in der Familie. Gewalt jeglicher Form muss Einhalt geboten werden, wollen wir ein respektvolles und friedfertiges Zusammenleben gewährleisten – und damit wird Zivilcourage zur Aufgabe für jeden einzelnen.

Bei vielen Gelegenheiten wird an die Bevölkerung appelliert, mehr Zivilcourage zu zeigen. In einer Rede zum 70. Jahrestag der Reichspogromnacht vom 9. November 1938 warnte beispielsweise die deutsche Bundeskanzlerin Angela Merkel vor Gleichgültigkeit gegenüber Rassismus, Fremdenfeindlichkeit und Antisemitismus: «Gleichgültigkeit ist der erste Schritt, unverzichtbare Werte aufs Spiel zu setzen.» Weiter sagte sie, Deutschland brauche ein Klima, das Zivilcourage fördere (NZZ Online vom 9. November 2008). **Was heißt es aber, Zivilcourage zu zeigen, wenn es nicht nur um das heldenhafte Eintreten für andere angesichts extremer Gewalt gehen soll?** Zivilcouragiert zu sein bedeutet – wie es die Soziologin Gertrud Nunner-Winkler (2002) ausdrückt –, sich in seinem Handeln an demokratisch-zivilgesellschaftlichen Grundwerten zu orientieren und die

Wahrung dieser normativen Grundlagen mutig zu verteidigen. Im Vordergrund steht also der Schutz der Menschenwürde. Für Verletzungen der seelischen oder körperlichen Unversehrtheit einer Person gibt es ganz alltägliche Beispiele: Ein Mann zieht über eine Arbeitskollegin her: «R. bringt nichts zustande, typisch Frau.» In der Nachbarwohnung mehren sich die Anzeichen für einen gewaltsamen Familienstreit. Jugendliche greifen einen Obdachlosen tätlich an. Bewerbung einer Bewerberin aus dem ehemaligen Jugoslawien wird ungeprüft aussortiert. Eine Bekannte äußert antisemitische Sprüche. Ein Vorgesetzter macht einer Mitarbeiterin gegenüber anzügliche Bemerkungen. Eine Frau pöbelt an der Supermarktkasse einen Farbigen an: «Ihr Schmarotzer, geht dahin, wo ihr herkommt.» Jugendliche beleidigen eine ältere Dame und rempeln sie an.

Zivilcourage heißt, etwas zu unternehmen, wenn jemand unwürdig behandelt wird, wie es sich in beleidigenden Bemerkungen, Stammtischparolen, Pöbeleien oder schlimmstenfalls in tätlichen Übergriffen äußern kann.

Angesichts solcher Vorfälle zu schweigen und tatenlos zuzusehen, hat fatale Konsequenzen: Nicht nur, dass dem Opfer in einer konkreten Situation nicht geholfen wird, Schweigen kann als Zustimmung fehlinterpretiert werden und letztlich die Feindseligkeit weiter fördern. Die Rassismusforschung zeigt auf, dass fremdenfeindlich motivierte Gewalttäter ihre Taten damit rechtfertigen, sie vollzögen ja nur das, was die schweigende Mehrheit auch vertrete (z. B. Wagner & van Dick, 2001). Und damit gilt: Die schweigende Mehrheit, die Diskriminierung toleriert, macht diese erst möglich. Genau dies kommt in der Aussage des ehemaligen Uno-Generalsekretärs Kofi Annan, «Das Böse braucht das Schweigen der Mehrheit», zum Ausdruck.

Was geht in Menschen vor, wenn Sie einen solchen Vorfall beobachten?

Auch wenn viele Menschen die Grundwerte von sozialer Verantwortung, Hilfsbereitschaft und Solidarität mit Schwächeren teilen, so schlagen sich diese Überzeugungen nicht immer in ihrem Handeln nieder. Wie oft hört man: «Ich weiß schon, ich hätte eingreifen sollen, aber ...», «Ich möchte Zivilcourage zeigen, aber ...» Und wie reagieren Menschen in solchen Situationen? Sie hören weg, sie sehen weg, sie gehen weg, beobachten schweigend das Geschehen, nur ein Teil unternimmt etwas. Eine Umfrage mit 2700 Personen im Rahmen des auf 10 Jahre angelegten Projekts zur Gruppenbezogenen Menschenfeindlichkeit (GMF-Survey 2002–2012) unter der Leitung des bekannten deutschen Soziologen Wilhelm Heitmeyer gibt einen Blick auf diesen Sachverhalt. 60% der Befragten berichteten, dass in ihrer Umgebung ablehnende Äußerungen über Ausländer gefallen seien, 20% berichteten von ablehnenden Äußerungen gegenüber Juden und 15% von Übergriffen auf Ausländer. Zur Frage, ob man in den betreffenden Situationen etwas unternommen habe, gab ein Drittel bis zur Hälfte der Befragten an, in den angesprochenen problematischen Situationen etwas unternommen zu haben.

Wir stehen also vor zwei Fragen:

1. Was sind die Ursachen dafür, dass Menschen untätig zusehen, wenn andere unwürdig behandelt werden?

2. Und was können wir tun, dass unsere Überzeugungen, unser Wunsch, zivilcouragiert zu sein, in unserem Handeln Ausdruck finden?

Auf Grund psychologischer Forschung lassen sich im wesentlichen drei Faktoren identifizieren, die in kritischen Situationen ein Eingreifen verhindern:

- Falsche Zielsetzungen
- Mangel an Wissen, was man tun kann und was man auf keinen Fall tun darf
- Mangel an Handlungskompetenz

Die Konsequenzen daraus sind mangelndes Selbstvertrauen, Angst und Mutlosigkeit.

An einigen Beispielen soll verdeutlicht werden, wie zu hohe Ziele unser Handeln lähmen können. Eine Person beobachtet eine gewalttätige Auseinandersetzung. Sie ist der Meinung, wahre Zivilcourage bestünde darin, die Schläger zu trennen ... Und da dies für sie zu gefährlich erscheint, unternimmt sie nichts, vor allem auch, weil sie nicht weiß, was alternativ zu tun wäre. Ein zweites Beispiel: Bei einem geselligen Treffen fließt reichlich Alkohol, das Gespräch dreht sich um den Missbrauch der Sozialsysteme. Wer arbeiten will, findet schon Arbeit, das sind alles Sozialschmarotzer, die sollte man alle ... Ein Zuhörer stört sich an diesen Parolen. Doch wahre Zivilcourage liegt ja darin, so ihr Denken, die Phrasendrescher von einer anderen Meinung zu überzeugen, sie von ihren pauschalisierenden Vorurteilen abzubringen. Eine innere Stimme sagt: «Die sind ja unverbesserlich, da ändere ich ja doch nichts!» Also schweigt die Person betreten ...

Vielfach sind die Ziele in Zivilcourage-Situationen zu hoch gegriffen, und wie die psychologische Zielforschung zeigt: überfordernde, unrealistische Ziele wirken demotivierend. Realistischere Ziele könnten sein: Im ersten Beispiel die Polizei zu alarmieren, im zweiten Beispiel ruhig, aber bestimmt widersprechen. Wenn bei unrealistischen Zielen auch noch das Wissen fehlt, was man tun kann, so resultiert Tatenlosigkeit. Und hier liegt auch ein Ansatzpunkt zur Förderung der Zivilcourage.

Die Psychologie bietet vielfältige Erkenntnisse, wie man Verhalten in kritischen Situationen fördern kann. Diese Erkenntnisse können auch dazu beitragen, Menschen zur Zivilcourage zu befähigen, ihnen Ansatzpunkte für ihr Handeln aufzuzeigen, ihnen Verhaltensweisen nahe zu bringen, mit denen sie andere Menschen vor Feindseligkeit und Diskriminierung schützen können, ohne sich selbst in allzu große Gefahr zu bringen.

Wir müssen uns darüber bewusst sein, dass Zivilcourage Handeln unter erschwerten Bedingungen darstellt. Situationen, die Zivilcourage erfordern, treten meist überraschend auf, promptes Handeln ist nötig, oft sind sie uneindeutig, sie sind emotional belastend, weil man in der Regel ja negative Konsequenzen riskiert. Was einer zivilcouragierten Person im einzelnen drohen mag, kann sehr unterschiedliche Formen annehmen: von der unangenehmen Situation, die Blicke aller Umstehenden auf sich zu ziehen, selbst angegriffen zu werden, sozialen Rückhalt zu verlieren, bis hin zu so gravierenden Konsequenzen wie dem Verlust des Arbeitsplatzes.

Ein zentraler Ansatzpunkt zur Förderung von Zivilcourage ist die Vermittlung von Wissen und das Einüben von Handlungskompetenzen (siehe Abbildung 1), um die emotionale Belastung in Zivilcoursuresituationen besser bewältigen zu können. In dem an meinem Lehrstuhl entwickelten und seit einigen Jahren durchgeführten Zivilcourage-Training werden diese beiden Säulen der Zivilcourage gestärkt. In verschiedenen theoriebasierten Modulen können die Teilnehmer und

Teilnehmerinnen Wissen und Handlungskompetenz erwerben, um in den verschiedensten Zivilcourage-Situationen adäquat eingreifen zu können. Das Wissensmodul umfasst Informationen zu den Bedingungen von Hilfeverhalten und Zivilcourage, zu Strategien, wie man eigene Überzeugungen auch in Handeln übertragen kann. Darüber hinaus aber auch konkrete Tipps, woran man eine Notfallsituation erkennt und was man in einer kritischen Situation konkret tun kann und was man auf keinen Fall tun darf. Die Handlungskompetenz wird gestärkt durch das Einüben konkreter zivilcouragierter Verhaltensweisen in Rollenspielen und mentalen Simulationsübungen sowie durch das Erstellen individueller Zielsetzungen und Verhaltenspläne für zukünftige Zivilcourage-Situationen.

Die empirische Evaluation unseres Zivilcourage-Trainings belegt seine Wirksamkeit: Durch die Vermittlung von Faktenwissen und das Einüben von Handlungsstrategien werden die Sensibilität für Zivilcourage-Situationen, das Selbstvertrauen sowie relevante persönliche Handlungskompetenzen gefördert (Brandstätter, 2007). Diese Befunde sind umso ermutigender als die psychologische Forschung zeigt, dass Selbstvertrauen, soziale Verantwortung und Einfühlungsvermögen wichtige persönliche Voraussetzungen für -Zivilcourage sind.

Der ehemalige Landespolizeipräsident von Baden-Württemberg, Erwin Hetger, formulierte es einmal so: «Wir müssen wegkommen von der Unkultur des Wegschauens ...» Man könnte diese Aussage erweitern: Wir müssen von Beobachtern zu Akteuren werden. Unsere Devise muss lauten: Wenn nicht ich, wer dann? Wir sind Vorbild für unsere Kinder, für unsere Freunde, für unsere Arbeitskollegen, aber auch für Unbekannte auf der Strasse.

Erinnern wir uns an Artikel 1 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte: «Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. Sie sind mit Vernunft und Gewissen begabt und sollen einander im Geist der Brüderlichkeit begegnen.» Diesen Geist der Brüderlichkeit zu bewahren ist unser aller Aufgabe – und diese schließt Zivilcourage ein. Die Verantwortung jedes einzelnen wird ganz explizit in der Präambel angesprochen: «... verkündet die Generalversammlung diese Allgemeine Erklärung der Menschenrechte als das von allen Völkern und Nationen zu erreichende gemeinsame Ideal, damit jeder einzelne und alle Organe der Gesellschaft sich diese Erklärung stets gegenwärtig halten und sich bemühen, durch Unterricht und Erziehung die Achtung vor diesen Rechten und Freiheiten zu fördern und durch fortschreitende nationale und internationale Maßnahmen ihre allgemeine und tatsächliche Anerkennung und Einhaltung durch die Bevölkerung der Mitgliedstaaten selbst wie auch durch die Bevölkerung der ihrer Hoheitsgewalt unterstehenden Gebiete zu gewährleisten». **Zivilcourage fängt im Kleinen an: Hinsehen. Hinhören. Sich äußern.**

Quelle: Zeit-Fragen, Wochenzeitung für freie Meinungsbildung, Ethik und Verantwortung Für die Bekräftigung und Einhaltung des Völkerrechts, der Menschenrechte und des Humanitären Völkerechts, Nr. 17, 26.4.2010,

Literatur:

Brandstätter, V. (2007). Kleine Schritte statt Heldentaten. Ein Training zur Förderung von Zivilcourage gegen Fremdenfeindlichkeit. In: K. J. Jonas, M. Boos & V. Brandstätter (2007). Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis (S. 245–302). Göttingen.

Nunner-Winkler, G. (2002). *Zivilcourage als Persönlichkeits-disposition – Bedingungen der individuellen Entwicklung*. In: E. Feil, in Zusammenarbeit mit K. Homann und G. Wenz (Hrsg.), *Zivilcourage und demokratische Kultur. Sechste Dietrich-Bonhoeffer-Vorlesung, Juli 2001 in München* (S. 77–106). Münster.

Wagner, U. & van Dick, R. (2001). *Fremdenfeindlichkeit «in der Mitte der Gesellschaft»: Phänomenbeschreibung, Ursachen, Gegenmaßnahmen*. *Zeitschrift für Politische Psychologie*, 9, 41–54.

«Man muss kein 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.»

Quelle: Veronika Brandstätter-Morawietz in der Berliner Zeitung vom 30.8.2007

«Wenn nicht ich, wer dann?»

«Wenn nicht ich, wer dann? Wenn einer nach dieser Devise handelt, kommt Bewegung in die Menschenansammlung. 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.»

Quelle: Veronika Brandstätter-Morawietz in der Berliner Zeitung vom 30.8.2007

Was ist Zivilcourage?

Zivilcourage wird häufig assoziiert mit Unerschrockenheit und Heldenmut. Das Aufbegehren gegen die Verletzung bürgerlicher Grundrechte in Diktaturen oder das Aufdecken krimineller Machenschaften, wie beispielsweise der Kampf des ehemaligen Bürgermeisters von Palermo, Leoluca Orlando, gegen die Mafia, sind Beispiele für die Zivilcourage einzelner. Der herausragende Mut einzelner darf jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass zivilcouragiertes Verhalten auch «im kleinen» in den verschiedensten Lebensbereichen (Familie, Schule, öffentlicher Raum, Arbeitsplatz) möglich und notwendig ist, wenn Menschen gedemütigt, bedroht oder angegriffen werden (z.B. bei Gewalt im öffentlichen Raum, Mobbing an Schulen und am Arbeitsplatz, rassistischen und antisemitischen Pöbeleien und häuslicher Gewalt).

Unter Zivilcourage verstehen wir ein mutiges Handeln, mit dem jemand seinen Unmut über etwas ohne Rücksicht auf mögliche Nachteile für sich selbst zum Ausdruck bringt. Zivilcourage bedeutet, nicht wegzuschauen, sondern sich einzumischen. Die Soziologin Gertrud Nunner-Winkler (2002) nennt zwei wesentliche Merkmale von Zivilcourage: Die Handlung orientiert sich an demokratisch-zivilgesellschaftlichen Grundwerten und erfordert persönlichen Mut, weil sie durchaus mit gewissen Risiken für die handelnde Person verbunden ist.

Quelle: www.psychologie.unizh.ch/motivation/zivilcourageportal/

«Man muss kein Held sein»

«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 Pöbelei, 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 Prügelsituation. Das können wir im Rollenspiel natürlich nicht nachstellen. Wir behelfen uns mit einer Gedankenübung. Den Teilnehmern wird eine Szene geschildert, etwa wie Jugendliche einen Obdach-losen 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.»

Quelle: *Veronika Brandstätter-Morawietz in der Berliner Zeitung vom 30.8.2007*

Zivilcourage kann man lernen

Es existieren Verhaltenstrainings für verschiedene Altersgruppen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene), in denen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen Wissen und Fertigkeiten erwerben, um in unterschiedlichen Situationen Zivilcourage zu zeigen und angemessen einzugreifen. Am Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie (Motivation) der Universität Zürich wird ein Training zur Förderung von Zivilcourage angeboten, das hier skizziert werden soll. Das Training steht unter dem Motto: «Kleine Schritte statt Heldentaten»; es basiert auf neuesten psychologischen Erkenntnissen zu den Bedingungen von Zivilcourage. Gemäß dem Säulenmodell werden Wissen und Verhalten gestärkt. Das Training umfasst die folgenden Module:

- Reflexion eigener Wertüberzeugungen und Erlebnisse im Zusammenhang mit Zivilcourage;
- Vermittlung psychologischen Wissens zu den Hintergründen von Diskriminierung und Gewalt und den Bedingungen von Zivilcourage;
- Vermittlung konkreter Verhaltenstipps, was man in einer kritischen Situation tun kann und was man auf keinen Fall tun darf;

- Einüben konkreter zivilcouragierter Verhaltensweisen in Rollenspielen und mentalen Simulationsübungen;
- Erstellen individueller Verhaltenspläne für zukünftige Zivilcourage-Situationen.

Bilden einer Lernpartnerschaft

Die Teilnehmenden werden auf verschiedene Arten von Vorfällen in den unterschiedlichsten Kontexten vorbereitet (Gewalt unter Schülern und Schülerinnen, Stammtischparolen, Pöbeleien und Handgreiflichkeiten im öffentlichen Raum, Schikane am Arbeitsplatz, Gewalt in der Familie). Eine erstaunte Nachfrage auf eine diskriminierende Aussage, ein hörbarer Protest auf eine abschätzige Bemerkung, ein freundliches Wort zu einer ausgegrenzten Person – all dies sind kleine Schritte, die uns allen möglich sind. Zivilcourage verlangt nicht nach Heldentaten, auch nicht danach, die Urheberinnen oder Urheber von Diskriminierungen zu verändern.

Zivilcourage in der Schule

Das Zürcher Zivilcourage-Training bildete die Grundlage für das Fortbildungsmodul «Training von Zivilcourage» für Lehrpersonen im Rahmen des Programms der deutschen Bund-Länder-Kommission «Demokratie lernen und leben», das von 2002 bis 2007 durchgeführt wurde. Ziel dieses bundesweit angelegten Programms war es, Schüler und Schülerinnen beim Erwerb zentraler Kompetenzen für das Leben in einer Demokratie zu unterstützen.

Tatsächlich kann Zivilcourage nicht losgelöst von Wertefragen betrachtet werden – Zivilcourage braucht als Fundament die Orientierung an humanen Werten! Diese Fragen zu reflektieren kann gerade an der Schwelle zum Erwachsenwerden die Bereitschaft und Fähigkeit, gesellschaftliche Prozesse verantwortlich mitzugestalten, fördern.

Quelle: Veronika Brandstätter-Morawietz «Kleine Schritte statt großer Heldentaten», NZZ-Folio Nr. 4/08, S. 33–35

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.

Quelle: Menschen 1/2008, S. 54