

Zivilcourage

Veronika Brandstätter-Morawietz

„Je mehr Bürger mit Zivilcourage ein Land hat, desto weniger Helden wird es einmal brauchen.“

F. Magnani, ehemalige Korrespondentin der ARD

„Das Böse braucht das Schweigen der Mehrheit.“

Kofi Annan bei der Gedenkfeier der UN anlässlich des 60. Jahrestags der Befreiung des KZ Auschwitz

Zivilcourage – Was ist das?

Die Zitate veranschaulichen, wie wichtig Zivilcourage für eine Gesellschaft ist. Doch was bedeutet der Begriff Zivilcourage? Er 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 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 ein Mensch gedemütigt, bedroht oder angegriffen wird.

Eine allgemeine Definition von Zivilcourage gibt der Duden, indem er Zivilcourage als „mutiges Verhalten, mit dem jemand seinen Unmut über etwas ohne Rücksicht auf mögliche eigene Nachteile gegenüber Obrigkeiten, Vorgesetzten o. ä. zum Ausdruck bringt“ beschreibt (Duden 1990). Man schreibt es Otto von Bismarck zu, den Begriff „Zivilcourage“ geprägt zu haben. Er stellte dem militärischen Mut den „zivilen Mut“ gegenüber und bezog sich dabei auf eine Begebenheit, bei der er aufgrund einer kritischen Äußerung im preussischen Landtag ausgepiffen worden war. Als ihn ein Vertrauter verwundert darauf ansprach, soll Bismarck darauf geantwortet haben: „Mut auf dem Schlachtfeld ist bei uns Gemeingut. Aber man wird es nicht selten finden, dass es ganz achtbaren Leuten an Zivilcourage fehlt“ (zitiert nach Singer 2003, S. 33). Die Soziologin Nunner-Winkler (2002) nennt zwei wesentliche Kriterien für Zivilcourage: Die Handlung muss sich an demokratisch-zivilgesellschaftlichen Grundwerten orientieren und sie muss persönlichen Mut erfordern, also mit gewissen Risiken und Gefahren für die handelnde Person verbunden sein. Was einer zivilcouragierten Person im Einzelnen drohen mag, kann sehr unterschiedliche Formen annehmen: von der unangenehmen Situation, den Blicken aller Umstehenden ausgesetzt zu sein, selbst verbal oder tätlich angegriffen zu werden bis hin zu so gravierenden Konsequenzen wie der Verlust des Arbeitsplatzes oder gar Lebensgefahr.

Anlässe für Zivilcourage – Formen von Zivilcourage

- Eine Passantin hört aus dem geöffneten Fenster einer Wohnung das Geräusch von Schlägen und lautes Schreien eines Kindes. Die Frau will der Sache genauer nachgehen und läutet an der Wohnungstür.
- Ein Schüler beobachtet, wie ein Klassenkamerad von einer Bande älterer Schüler ständig drangsaliert wird. Beim nächsten Vorfall mischt er sich ein und stellt sich zwischen die Bande und den bedrohten Mitschüler.
- Fahrgäste eines städtischen Busses werden Zeugen, wie zwei rechtsradikale Schläger einen dunkelhäutigen Mann anpöbeln. Eine Frau steht auf und fragt den angegriffenen Mann, ob er sich nicht neben sie setzen wolle.
- Eine Angestellte wird seit einigen Monaten von ihrem Vorgesetzten auffallend schlecht behandelt, bis ein Kollege den Mut fasst und die Situation in einer Teamsitzung anspricht.

In den aufgeführten Beispielen ergreift jemand Partei für eine andere Person, die bedroht ist oder unwürdig behandelt wird. Es wird deutlich, dass zivilcouragiertes Verhalten in den verschiedensten Lebensbereichen (Familie, Schule, öffentlicher Raum, Arbeitsplatz) und aufgrund der unterschiedlichsten Anlässe notwendig werden kann. Ein Bereich jedoch, in dem Zivilcourage gerade in letzter Zeit verstärkt in der öffentlichen Diskussion behandelt wird, ist der Kampf gegen Gewalt, Fremdenfeindlichkeit und Antisemitismus, wie sie sich in herabwürdigenden Stammtischparolen, in beleidigenden Pöbeleien bis hin zu tätlichen Übergriffen äußern können. So heißt es beispielsweise im ersten periodischen Sicherheitsbericht der Bundesministerien des Innern und der Justiz vom Juli 2001 (Kurzfassung unter <http://www.bmi.bund.de/> abrufbar): „Die Bundesregierung wird alle ihr möglichen Maßnahmen ergreifen, um den aus Rechtsextremismus und Fremdenfeindlichkeit resultierenden Gefahren vorzubeugen. [...] Hierzu gehören [u. a.] Handlungsansätze zur Stärkung der [...] Zivilcourage“ (S. 62) – der Zivilcourage der Bevölkerung wird hier also große Bedeutung beigemessen. Umso wichtiger erscheint daher die Frage, was einerseits die Bedingungen für zivilcouragiertes Verhalten sind und andererseits, ob bzw. wie man Zivilcourage lernen kann.

Bedingungen von Zivilcourage

Was sind die Voraussetzungen dafür, dass eine Person Zivilcourage zeigt und was verhindert ein couragiertes Eingreifen? Eine erste Antwort bietet die psychologische Forschung zu prosozialem Verhalten (Bierhoff 2001) und hier insbesondere die klassischen und immer noch einflussreichen Arbeiten von Latané und Darley (1976). Sie benennen Faktoren, die dafür verantwortlich sind, dass Menschen in Notfallsituationen häufig nicht helfen – selbst dann nicht, wenn andere bedroht oder gar getötet werden. Damit es in einer kritischen Situation zur Hilfeleistung kommt, müssen nach Latané und Darley fünf „Hürden“ genommen werden (siehe Abbildung 1):



Abbildung 1: Modell der Hilfeleistung in Notsituationen nach Latané und Darley (1976)

- (1) Das Ereignis muss zunächst bemerkt werden, was durch Ablenkung oder Zeitnot erschwert wird (Ein Beispiel: Ein Mann sitzt im Bus und hört vor lauter Lärm nicht, dass im hinteren Teil des Fahrzeugs eine Frau sexuell belästigt wird).
- (2) Das Ereignis muss als Notfall interpretiert werden (z. B. „Es handelt sich um sexuelle Belästigung und nicht um den privaten Streit eines Pärchens!“). Diese Einschätzung wird u. a. davon beeinflusst, wie andere Umstehende augenscheinlich die Situation beurteilen. Wenn alle fragend und unbeteiligt in die Runde blicken,

stellt sich schnell die Meinung ein, dass nichts Schlimmes passiert sei (sog. pluralistische Ignoranz).

- (3) Der Beobachter muss sich zuständig fühlen und darf die Verantwortung nicht auf die anderen Zeugen abschieben (z.B. „Ah, da ist ein anderer näher dran, der sieht kräftiger und kompetenter aus als ich, soll der doch was unternehmen!“). Das Abschieben der Verantwortung auf andere (sog. Verantwortlichkeitsdiffusion) ist die Ursache für einen vielfach empirisch belegten Befund: Die Hilfsbereitschaft Einzelner sinkt drastisch, wenn mehrere Personen einen Notfall beobachten!
- (4) Der Beobachter muss über das notwendige Wissen verfügen, was konkret zu tun oder zu unterlassen ist (z. B.: Soll ich das Opfer ansprechen? Soll ich versuchen den Täter vom Opfer wegzuziehen? Soll ich die Polizei rufen?).
- (5) Die Person muss sich entscheiden einzugreifen. Bei der Entscheidung für oder gegen ein Eingreifen, spielt die Angst vor den Folgen des Eingreifens eine große Rolle.

Mit einer kurzen **Checkliste zur Selbsteinschätzung** (siehe Anhang) können Sie prüfen, welche Hürden Sie gut bewältigen und bei welchen Sie noch Schwierigkeiten haben.

Zivilcourage kann (und sollte) man lernen!

In vielen Initiativen wird an Bevölkerung appelliert, mehr Zivilcourage zu zeigen (z. B. die Aktion „Gesicht Zeigen!“ (<http://www.gesichtzeigen.de/>). Appelle schaffen zwar ein Wertebewusstsein, sie zeigen jedoch sehr häufig keine Wirkung auf das Verhalten! Wie oft hört man: „Ich weiß schon, ich hätte eingreifen sollen, aber ...“.

Das Schweigen, die Tatenlosigkeit haben fatale Konsequenzen: Nicht nur, dass dem Opfer in einer konkreten Situation nicht geholfen wird; Schweigen kann als Zustimmung fehl interpretiert werden und letztlich die Gewaltneigung sogar fördern. Gewalttäter rechtfertigen nämlich ihre Taten damit, sie vollzögen ja nur das, was die schweigende Mehrheit auch vertrete. Und damit gilt: Die schweigende Mehrheit, die Diskriminierung und Gewalt toleriert, macht diese erst möglich.

Dem Erlernen von Zivilcourage kommt also große Bedeutung zu. Menschen müssen befähigt werden, Ansatzpunkte für ihr Handeln zu erkennen und Verhaltensweisen einzuüben, mit denen sie andere Menschen vor Gewalt und Diskriminierung schützen können, ohne sich selbst in allzu große Gefahr zu bringen.

Derzeit liegen folgende **wissenschaftlich fundierte Zivilcourage-Trainings** vor:

- **Zammgrauft – ein Training für Jugendliche ab 12 Jahren**
Frey, D., Winkler, M., Bruckmeier, N., Glöckner, P., König, W., Mutz, D. & Spies, R. (in Druck). Zammgrauft – Ein Training von Antigewalt bis Zivilcourage für Kinder, Jugendliche und Multiplikatoren. In K. J. Jonas, M. Boos & V. Brandstätter (Hrsg.), *Zivilcourage trainieren!* Göttingen: Hogrefe.
- **Zivilcourage-Impuls-Training für Erwachsene**
Jonas, K. J., Boos, M., Backes, S., Büttner, N., Ehrenthal, J. & Prasse, A. (in Druck). Das Göttinger Zivilcourage-Impuls-Training (G-ZIT). In K. J. Jonas, M. Boos & V. Brandstätter (Hrsg.). *Zivilcourage trainieren!* Göttingen: Hogrefe.
- **Zivilcourage-Training gegen Diskriminierung und Gewalt für Erwachsene**
Brandstätter, V. (in Druck). Kleine Schritte statt Heldentaten! Ein Training zur Förderung von Zivilcourage. In K. J. Jonas, M. Boos & V. Brandstätter (Hrsg.), *Zivilcourage trainieren!* Göttingen: Hogrefe.

Darüber hinaus finden sich umfassende **praxisorientierte Sammlungen von Übungenanleitungen und Materialien** zum Thema Zivilcourage:

- Lünse, D., Rohwedder, J. & Baisch, V. (2001). *Zivilcourage. Anleitung zum kreativen Umgang mit Konflikten und Gewalt* (3. Aufl.). Münster: Agenda.
- Meyer, G., Dovermann, U., Frech, S. & Gugel, G. (Hrsg.) (2004). *Zivilcourage lernen. Analysen – Modelle – Arbeitshilfen*. Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg.

Das Zürcher Zivilcourage-Training

Am Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie (Motivation) der Universität Zürich wird ein Training zur Förderung von Zivilcourage angeboten, das hier exemplarisch skizziert werden soll (Brandstätter, in Druck). Es basiert auf psychologischen Erkenntnissen zu Hilfeverhalten und erfolgreichem Zielstreben (Bierhoff 2002; Oettingen & Gollwitzer 2002). Die zentralen Ansatzpunkte des Trainings sind Einstellungen und Wissen einerseits sowie das Verhalten andererseits. Das Training umfasst im Wesentlichen die folgenden Module:

- Eigene Einstellungen und Erlebnisse im Zusammenhang mit Zivilcourage reflektieren
- Wissensvermittlung psychologischer Inhalte (Hintergründe von Gewalt und Rassismus, zu den Bedingungen von Hilfeverhalten und Zivilcourage sowie zu den Bedingungen erfolgreichen Handelns)
- Wissensvermittlung, was man in einer kritischen Situation konkret 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

Insgesamt werden die Teilnehmer auf verschiedene Arten von Vorfällen in den unterschiedlichsten Kontexten vorbereitet (z. B. Stammtischparolen, Pöbeleien und Handgreiflichkeiten im öffentlichen Raum, Schikane am Arbeitsplatz, Gewalt in der Familie). Im Mittelpunkt steht die Überzeugung, dass sich Zivilcourage oft schon im Kleinen zeigt und keineswegs Heldentaten notwendig sind, um Diskriminierung und Ungerechtigkeit in unserer Gesellschaft zu bekämpfen.

Die empirische Evaluation des Zivilcourage-Trainings belegt die Wirksamkeit des Trainings; durch die Vermittlung von Faktenwissen und das Einüben von Handlungsstrategien wird das Selbstvertrauen, die persönliche Kompetenz und damit die Zivilcourage gefördert.

Ziel dieses und anderer Trainings ist es, die Sensibilität für entsprechende Situationen zu verbessern und zivilcouragiertes Handeln zu fördern. Jeder, dem soziale Verantwortung und Solidarität wichtig sind, kann in diesen Trainings seine persönliche Form der Zivilcourage stärken. Das Zürcher Zivilcourage-Training bildet u. a. die Grundlage für das Fortbildungsmodul „Zivilcourage“ im Rahmen der Weiterbildung zur Beraterin für Demokratiepädagogik im Rahmen des BLK-Programms „Demokratie lernen und leben“.

Literatur-Tipps

Bierhoff, H. W. (2002): Prosoziales Verhalten. In: W. Stroebe, K. Jonas & M. Hewstone (Eds.), Sozialpsychologie. Berlin: Springer. S. 319-351.

Enthält einige der psychologischen Erkenntnisse, auf deren Grundlage das Zürcher Zivilcourage-Training entwickelt wurde.

Brandstätter, V. & Frey (2003): Kleine Schritte statt Heldentaten. In: Psychologie Heute 30 (7), S. 67-69.

Ein kurzer populärwissenschaftlicher Beitrag, in dem das Thema Zivilcourage aus psychologischer Sicht beleuchtet wird.

Brix, E., Nautz, J. & Thein, K. (Hrsg.) (2004): Zivilcourage. Wien: Passagen.

In diesem interdisziplinär angelegten Band nehmen in einzelnen Kapiteln Fachleute aus Rechtswissenschaft, Politikwissenschaft und Geschichtswissenschaft Stellung zum Konzept Zivilcourage. Das Buch entstand auf der Grundlage eines Symposiums der Arbeitsgemeinschaft „Civil Society“ der Österreichischen Forschungsgemeinschaft in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Institut für Erwachsenenbildung im Mai 2003. Die Tagung befasste sich in historischer und aktueller Perspektive mit den Bedingungen von Zivilcourage.

Engelmann, R., Engelmann, A. & Herz Otto (Hrsg.) (2002): Zivilcourage: Jetzt! Würzburg: Arena.

Eine für Jugendliche zusammengestellte kleine Sammlung von persönlichen Berichten über Zivilcourage in Form von Erzählungen und Gedichten.

Frey, D., Neumann, R. & Schäfer, M. (2001): Determinanten von Zivilcourage und Hilfeverhalten. In H.-W. Bierhoff & D. Fetchenhauer (Hrsg.): Solidarität. Konflikt, Umwelt und Dritte Welt. Opladen: Leske und Budrich. S. 93-122.

Ein wissenschaftlicher Beitrag, in dem die Bedingungen für Zivilcourage aus psychologischer Sicht beleuchtet werden.

Frohloff, S. (Hrsg.) (2001): Gesicht Zeigen! Handbuch für Zivilcourage. Frankfurt/M.: Campus Verlag.

Ein umfassendes, alphabetisch geordnetes Nachschlagewerk (von „Aktionstag“ bis „Ziviler Ungehorsam“), das eine Fülle an Informationen liefert für jeden, der aktiv werden möchte gegen Fremdenfeindlichkeit, Rassismus und Antisemitismus. Dieses Handbuch präsentiert Wissen, Ideen, Projekte sowie Adressen von Organisationen, Initiativen und Ansprechpartnern.

Hufer, K.-P. (2001): Argumentationstraining gegen Stammtischparolen. Schwalbach/Taunus.: Wochenschau Verlag.

Ein knappes, übersichtliches Buch, in dem zahlreiche Übungen zu verschiedenen Strategien gegen Stammtischparolen vorgestellt werden.

Jonas, K. J. & Brandstätter, V. (2004): Zivilcourage: Definition, Befunde und Handlungsempfehlungen. In: Zeitschrift für Sozialpsychologie 45, S. 185-200.

Ein wissenschaftlicher Artikel, in dem der Stand der psychologischen Forschung zu Zivilcourage zusammengefasst wird.

Jonas, K. J., Boos, M. & Brandstätter, V. (in Druck): Zivilcourage trainieren! Göttingen: Hogrefe.

Ein Buch, in dem drei theoretisch fundierte Zivilcourage-Trainings mit unterschiedlichen thematischen Schwerpunktsetzungen und für verschiedene Altersgruppen mit allen Übungsanleitungen und Materialien vorgestellt werden. Einleitend wird in drei Kapiteln der Stand der Forschung zu Fremdenfeindlichkeit und Rassismus, Mobbing im Schulalltag und am Arbeitsplatz zusammengefasst. Am Ende des Buches findet sich eine ausführliche Sammlung an Internetlinks und Lektürevorschlägen.

Köster, M. (2001): GegenPower. Zivilcourage, Mut & Engagement. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

Dieses Buch richtet sich in Sprache und Aufmachung vor allem an Jugendliche und verfolgt das Ziel, junge Menschen zum sozialen Engagement und zur Zivilcourage zu ermutigen. Es präsentiert viele Praxisbeispiele und gibt zahlreiche Ratschläge zum eigenen Verhalten. Im Schlussteil sind nützliche (E-Mail-)Adressen von Organisationen

aufgelistet, die „Gegenpower“ üben und soziales Engagement der Jugendlichen unterstützen.

Lünse, D., Rohwedder, J. & Baisch, V. (2001): Zivilcourage. Anleitung zum kreativen Umgang mit Konflikten und Gewalt (3. Aufl.). Münster: Agenda.

Arbeitsbuch, in dem die mehrjährige Erfahrung der Autoren mit Trainings für gewaltfreies Handeln dokumentiert ist. Es werden zahlreiche Übungen und Rollenspiele zur Sensibilisierung für Gewaltphänomene und gewaltfreier Konfliktlösung beschrieben.

Meyer, G., Dovermann, U., Frech, S. & Gugel, G. (Hrsg.) (2004): Zivilcourage lernen. Analysen – Modelle – Arbeitshilfen. Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg.

Umfangreiche Sammlung an theoretischen Analysen und Übungsmaterialien. Vorge stellt werden exemplarisch Praxismodelle, wie man Zivilcourage im Alltag fördern kann.

Meyer, G. & Hermann, A. (1999): „... normalerweise hätt' da schon jemand eingreifen müssen.“ Zivilcourage im Alltag von BerufsschülerInnen. Schwalbach/Taunus: Wochenschau Verlag.

Dokumentation einer qualitativen Interviewstudie mit Berufsschüler/innen zur Frage, warum Jugendliche in kritischen Situationen (nicht) eingegriffen haben.

Nunner-Winkler, G. (2002). Zivilcourage als Persönlichkeitsdisposition – 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. Münster: Lit Verlag. S. 77-106.

In diesem wissenschaftlichen Beitrag wird der Begriff der Zivilcourage definiert und der Frage nachgegangen, welche Persönlichkeitsmerkmale im Zusammenhang mit Zivilcourage stehen.

Oettingen, G. & Gollwitzer, P. M. (2002): Theorien der modernen Zielpsycho logie. In: D. Frey & M. Irle, (Hrsg.), Theorien der Sozialpsychologie (Band III: Motivations-, Selbst- und Informationsverarbeitungstheorien. Bern: Huber. S. 51-73.

Enthält einige der psychologischen Erkenntnisse, auf deren Grundlage das Zürcher Zivilcourage-Training entwickelt wurde.

Singer, K. (2003): Zivilcourage wagen. Wie man lernt, sich einzumischen (3. Aufl.). München: Reinhardt.

In diesem Buch geht es um einen Brückenschlag zwischen psychologischen Kenntnissen und politischem Engagement. Der Autor, Psychologe und lange in der Lehrerbildung tätig, plädiert für gesellschaftliches Engagement und stellt die These auf: Bürgermut ist lernbar. Ein Personen-, Sach- und Literaturverzeichnis macht dieses Buch zu einer guten Ausgangsbasis für die Arbeit am Thema.

Link-Tipps

www.zivilcourage.de

Es existieren unzählige Websites von regionalen Jugendgruppen und Bürgerinitiativen, die sich für die Förderung der Zivilcourage einsetzen. Unter der genannten Internet-Adresse erhält man über eine Suchmaschine Informationen über diese Websites.

www.aktion-tu-was.de

Internetseite der Polizei mit Hinweisen auf richtiges Verhalten in kritischen Situationen.

www.lichterkette.de

Die Lichterkette München – Eine Stadt sagt Nein! e.V. fördert, berät und regt Initiativen an von Bürgern, die sich im Sinne der Lichterkette 1992 für ein friedliches Zusammenleben von Ausländern und Deutschen in München einsetzen.

www.netzgegenrechts.de

Homepage einer Medieninitiative, die 2000 von der deutschen Wochenzeitung „Die Woche“ gegründet wurde und inzwischen von zahlreichen Zeitungen, Rundfunksendern und Nachrichtenagenturen unterstützt wird. Informationsportal gegen Rechtsextremismus.

www.bpb-aktiv.de

Homepage der Bundeszentrale für politische Bildung, u. a. mit Buchtipps und Linkliste, beide kommentiert und mit Suchfunktion

www.gesichtzeigen.de/

Bundesweite Initiative gegen Rassismus und rechte Gewalt, Schirmherr ist Bundespräsident a. D. Johannes Rau, Vorsitzende sind Uwe-Karsten Heye, Paul Spiegel

www.actioncourage.de

1992 von Bürgerinitiativen, Menschenrechtsgruppen und Einzelpersonen aus allen gesellschaftlichen Bereichen gegründet als eine Antwort auf den gewalttätigen Rassismus in Mölln, Solingen, Hoyerswerda und Rostock. Über 60 lokale und regionale Organisationen haben sich bereits **AKTIONCOURAGE** angeschlossen.

www.gra.ch

Schweizer Initiative gegen Gewalt und Rassismus

www.psychologie.unizh.ch/motivation/zivilcourage

Der Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie (Motivation) der Universität Zürich wird ab November 2005 ein Zivilcourage-Portal freischalten, auf dem sich Informationen rund um das Thema Zivilcourage – Theorie und Training – finden lassen.

Film-Tipp

Dienstag – Gewalt in der U-Bahn. Hessischer Rundfunk, 1994 (Dauer 17 Minuten).

In diesem ausgezeichneten Kurzfilm wird das Verhalten von Fahrgästen der Frankfurter U-Bahn, die Zeugen einer fremdenfeindlichen Pöbelelei werden, mit versteckter Kamera dokumentiert. Man erkennt verschiedene Arten zivilcouragierten Eingreifens.

Anhang

Checkliste zur Selbsteinschätzung „Zivilcourage in kritischen Situationen“

© Prof. Dr. Veronika Brandstätter-Morawietz, Universität Zürich

Dieser kurze Fragebogen erlaubt nach dem Modell der Hilfeleistung von Latané und Darley (1976) eine Orientierung, woran das eigene zivilcouragierte Eingreifen in kritischen Situationen häufig scheitert. Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen ganz spontan. Da niemand diesen Fragebogen sehen wird, können Sie ganz offen und ehrlich zu sich selbst antworten. Es gibt niemanden, auf den Sie einen guten Eindruck machen müssten.

1. Gehe ich mit „offenen Augen“ durch die Welt? Fällt mir in der Regel auf, was um mich herum passiert?	eher nein	eher ja
2. Bin ich oft in Eile?	eher nein	eher ja
3. Ist mir der Gedanke vertraut: „Ach, da wird schon nichts Schlimmes passiert sein!“	eher nein	eher ja
4. Ist mir der Gedanke vertraut: „Da sind so viele andere Leute, da ist bestimmt jemand darunter, der besser weiß, was man tun muss!“	eher nein	eher ja
5. Sind mir Wertüberzeugungen wie Hilfsbereitschaft, Fürsorglichkeit, Gemeinnutz, Verantwortung für andere wichtig?	eher nein	eher ja
6. Verfüge ich über genügend Wissen, was man in einer Notfallsituation (z.B. Pöbeleien, Schlägereien, Unfall) tun soll und auf keinen Fall tun darf?	eher nein	eher ja
7. Kenne ich die Funktionsweise des Notrufsystems in meiner Region? (z.B. Notrufnummern in der S-Bahn)	eher nein	eher ja
8. Traue ich mir zu, in einer Notfallsituation das Richtige zu tun?	eher nein	eher ja
9. Kenne ich die Angst davor, mich in einer Notfallsituation zu blamieren?	eher nein	eher ja
10. Kenne ich die Angst davor, etwas falsch zu machen und die Situation dadurch für das Opfer nur schlimmer zu machen?	eher nein	eher ja
11. Kenne ich die Angst davor, mich in einer Notfallsituation selbst in Gefahr zu bringen?	eher nein	eher ja

Quelle: www.blk-demokratie.de, Demokratie-Baustein „Zivilcourage“ ,
BLK-Programm „Demokratie lernen & leben“ , 01.12.2005

Zuordnung der Fragen zu den fünf Bedingungen („Hürden“) für Hilfeleistung in Notsituationen nach Latané und Darley (1976):

- (1) Das Ereignis bemerken: Fragen 1 und 2
- (2) Das Ereignis als Notfall interpretieren: Frage 3
- (3) Verantwortung übernehmen: Fragen 4 und 5
- (4) Über das notwendige Wissen verfügen: Fragen 6 und 7
- (5) Es sich zutrauen das Richtige zu tun, seine Angst überwinden und sich zum Eingreifen entscheiden: Fragen 8, 9, 10 und 11