



# Zivilcourage „EinSatz hilft“

Harald Damskis

Lions Club München-Friedensengel, 13. Februar 2023

# Zivilcourage für ALLE e.V. München



- Gründung 2010 anlässlich des Tods von Dominik Brunner
- Ursprung: Training an der Universität für Studierende der Psychologie und Pädagogik. Die Idee: dieses Wissen für ALLE zugänglich zu machen
- Unser Angebot: Offene Zivilcourage-Trainings für ALLE und spezielle Workshops für bestimmte Zielgruppen, Vorträge und öffentlichkeitswirksame Veranstaltungen
- Aktuell ca. 20 aktive Mitglieder
- Mitglied im Bundesnetzwerk Zivilcourage



# Aktueller Sicherheitsreport der Polizei

# Die sicherste Stadt Deutschlands ist noch sicherer geworden

- In der Kriminalstatistik der Großstädte mit mehr als 200.000 Einwohnern liegt München mit 4.712 Straftaten pro 100.000 Einwohner deutlich an der Tabellenspitze, weit vor Hamburg (9.484), Köln (9.863), Frankfurt (10.908) oder Berlin (13.330, 2020).
- Bei fast allen Delikten sind die Fallzahlen zurückgegangen und die Aufklärungsquoten gestiegen.

Quelle: <https://www.polizei.bayern.de/kriminalitaet/statistik/006991/index.html>



# Hilfeverhalten und Zivilcourage - was hat die Psychologie dazu zu sagen?

# Der Fall „Kitty Genovese“

- 13. März 1964, 03:15
- Überfall und Messerstiche in den Rücken
- Rufe der Nachbarn, Täter lässt von ihr ab.
- Täter kehrt zurück, vergeht sich an ihr und tötet sie.



**“37 WHO SAW  
MURDER DIDN'T  
CALL THE POLICE”**

*- The New York Times*

March 27, 1964

- Einführung einer zentralen Notrufnummer: 911
- Forschung von Latane & Darley mit Schwerpunkt auf Zivilcourage. Ergebnisse: Bystander-Effekt und ein Prozessmodell für Hilfeverhalten.

## DEFINITION

# Bystander-Effekt



Die Wahrscheinlichkeit, dass eine Person in einer Notsituation eingreift, sinkt mit zunehmender Anzahl von weiteren Anwesenden (Bystander / Zuschauer:innen).

# Modell hilfreichen Verhaltens

nach Latané & Darley (1970)

**Notfall**

**NEIN, WEGEN**

Ereignis bemerkt? **NEIN**

*Eile, Ablenkung*



EXPERIMENT „EILE VERDIRBT DEN CHARAKTER?“

**63%**

halfen, wenn sie  
nicht in Eile waren

**10%**

halfen, wenn sie  
in Eile waren

# Modell hilfreichen Verhaltens

nach Latané & Darley (1970)

## Notfall

### NEIN, WEGEN

Ereignis bemerkt? **NEIN**

*Eile, Ablenkung*

JA 

Notfall erkannt? **NEIN**

*Pluralistische Ignoranz*



EXPERIMENT „RAUCH“

viel Rauch  
+ viele Personen  
= **keine Reaktion**

# Modell hilfreichen Verhaltens

nach Latané & Darley (1970)

## Notfall

### NEIN, WEGEN

Ereignis bemerkt? NEIN

*Eile, Ablenkung*

JA

Notfall erkannt? NEIN

*Pluralistische Ignoranz*

JA

Verantwortung? NEIN

*Verantwortungsdiffusion*

### Verantwortungsdiffusion:

Je mehr Zuschauer einer Notsituation beiwohnen, desto geringer ist das Verantwortungsgefühl eines jeden Einzelnen.

### EXPERIMENT

„DER EPILEPTISCHE ANFALL“

# Modell hilfreichen Verhaltens

nach Latané & Darley (1970)

## Notfall

### NEIN, WEGEN

Ereignis bemerkt? NEIN

JA

*Eile, Ablenkung*

Notfall erkannt? NEIN

JA

*Pluralistische Ignoranz*

Verantwortung? NEIN

JA

*Verantwortungsdiffusion*

Wissen? NEIN

JA

*Mangelndes Wissen*

Eingreifen? NEIN

JA

*Mangelnde Handlungskompetenz,  
Kosten, Bewertungsangst*

## HILFELEISTUNG

### Mangelnde Handlungskompetenz:

Man weiß, was zu tun wäre,

jedoch nicht wie man helfen könnte.

**Kosten:** Jede Hilfeleistung birgt (relative) Kosten, z.B. Gefahr für die eigene Gesundheit, soziale Kosten, Zeitverlust

# Was hilft dann?

## Notfall

Ereignis bemerkt? NEIN

JA

### NEIN, WEGEN

*Eile, Ablenkung*

### HILFREICHES VERHALTEN

Wahrnehmung!

Notfall erkannt? NEIN

JA

*Pluralistische Ignoranz*

Nachfragen!

Verantwortung? NEIN

JA

*Verantwortungsdiffusion*

Ersten Schritt machen / sich verbünden!

Wissen? NEIN

JA

*Mangelndes Wissen*

Andere einbinden!

Eingreifen? NEIN

JA

*Mangelnde Handlungskompetenz,  
Kosten, Bewertungsangst*

Andere einbinden / Notruf!

## HILFELEISTUNG

# Einflussfaktoren auf die Bereitschaft, Zivilcourage zu zeigen

## Merkmale der Situation

- Ablenkung
- Eindeutigkeit
- Anzahl der Zuschauer:innen
- Risiko
- Handlungsoptionen
- Normen und Erwartungen

## Merkmale der Person

- Moralüberzeugungen
- Selbstwirksamkeit
- Ängstlichkeit
- Risikobereitschaft
- Empathie
- Konfliktkompetenz

## Soziale Faktoren

- Beziehungen zwischen Opfer, Täter:in und Beobachter:in
- Soziale Rolle

# Zivilcourage kann man lernen, aber es gibt Bedingungen.



“  
Je mehr Menschen  
mit Zivilcourage ein Land hat,  
desto weniger Helden  
wird es einmal brauchen!”



Franca Magnani

# Definition Zivilcourage

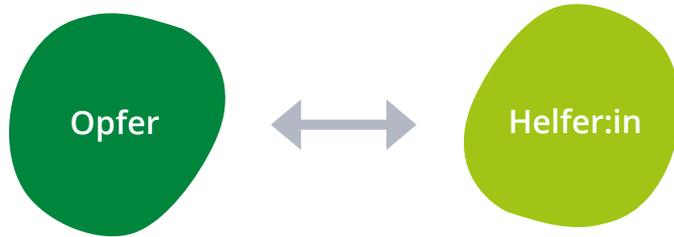
# Zivilcourage



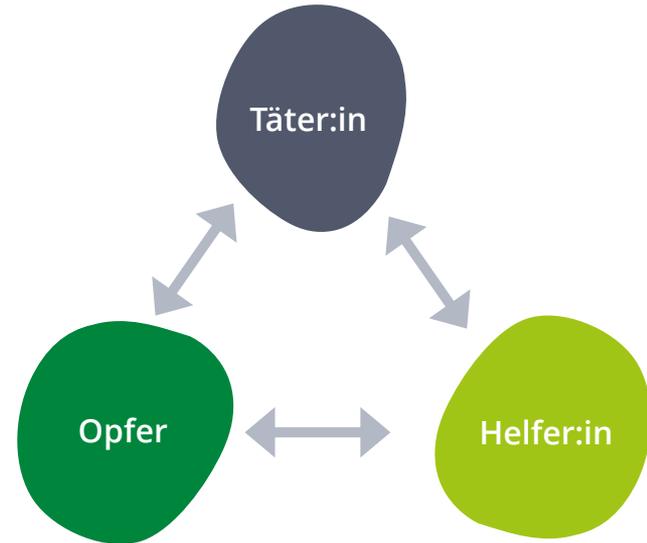
- Wörtlich: „Bürgermut“
- ein **mutiges, prosoziales** Verhalten
- durch **Emotionen** begleitet
- mit dem Risiko **negativer Konsequenzen** und u.U. mit einem **Normbruch** verbunden
- basierend auf **demokratischen Grundwerten** und persönlichen **Wertüberzeugungen**

Quelle: Greitemeyer et. al, 2006  
Jonas & Brandstätter, 2004

# Hilfeverhalten vs. Zivilcourage



Hilfeverhalten  
Dyade



Zivilcourage  
Triade

# Was kann ich tun, wenn jemand in Bedrängnis gerät?

# Was kann ich tun, wenn jemand in Bedrängnis gerät?

„In Bedrängnis“ - Eine Szene in der S-Bahn



- Was ist passiert? Wie haben sich Täter und Opfer verhalten?
- Wie reagieren die anderen Fahrgäste?
- Und was war die Folge?

# Was kann ich tun, wenn jemand in Bedrängnis gerät?

„Verbündete“ - Eine weitere Szene in der S-Bahn



Was ist passiert? Wie haben sich Täter und Opfer verhalten?

Wie reagieren die anderen Fahrgäste?

Und was war die Folge?

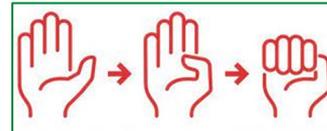
# Handlungs- empfehlungen

# Was kann ich im Vorfeld tun?

- Mentale Vorbereitung  
→ Situationen bewusst im Geiste durchgehen
- Ausstattung mit „Sicherheitsmitteln“ und Notfallinformationen: Wichtige Telefonnummern, Schriallarm, Notruf-App, Hilfesten, Codes



IST LUISA HIER?



# Was kann ich tun, um dem Opfer zu helfen?

*Aufmerksamkeit auf das Opfer richten, nicht auf die Angreifenden!*



- Aufmerksam sein und nicht wegschauen!
- Selbst den ersten Schritt machen (Bystander-Effekt durchbrechen)
- Missstände erkennen und klar benennen
- Dem Opfer den Rücken stärken, sich solidarisieren
- Ruhig bleiben, bestimmt auftreten (z.B. laut und deutlich sprechen)
- Ggf. Polizei 110 verständigen oder andere Institutionen einbinden

# Was kann ich tun, um dem Opfer zu helfen?



*Aufmerksamkeit auf das Opfer richten, nicht auf die Angreifenden!*

- Öffentlichkeit herstellen
- Verbündete suchen, gezieltes Ansprechen:  
*„Sie, mit dem roten Pulli, kommen Sie mit, da braucht jemand unsere Hilfe!“*
- Überraschendes tun: Laut rufen, Trillerpfeife, Schrill- /Personenalarm
- In öffentlichen Verkehrsmitteln: Fahrer:in Bescheid geben
- Im Bahnhof und auf dem Bahnsteig: Notrufsystem betätigen
- Blickkontakt zum Opfer, Hand reichen, direkt ansprechen: *„Ich helfe Ihnen!“*
- Wenn notwendig, erste Hilfe leisten

# Wie verhalte ich mich gegenüber den Angreifenden?



*Distanz wahren, nicht provozieren lassen!*

- Siezen
- Nicht anfassen
- Nicht beleidigen
- Persönlich nicht provozieren lassen
- Ggf. geforderte Gegenstände (Geldbeutel, Handy, etc.) herausgeben
- Fluchtwege freihalten → nicht Polizei spielen!
- Merkmale der Angreifenden / Täter:innen einprägen oder unauffällig fotografieren und sich als Zeuge zur Verfügung stellen.

# Was kann ich tun, um mich selbst zu schützen?



*Eigene Grenzen kennen, nicht überschreiten!*

- Mentale Vorbereitung
- Persönliche Grenzen kennen
- Bei Prügeleien grundsätzlich auf Abstand bleiben!
- Räumlich nicht isolieren
- Hilfsmittel: Trillerpfeife, Personalarms (kein Tränengas oder Pfefferspray!)
- Praxisorientierte Selbstverteidigungs-/Selbstbehauptungskurse besuchen.

**Nicht Held:in spielen!**

**Aufmerksamkeit  
auf das Opfer  
richten,  
nicht auf die Täter!**

**Das Ziel ist,  
die Situation zu  
deeskalieren und das  
Opfer zu schützen.  
Nicht, den Täter zu  
stellen!**

**Jede/r kann  
Zivilcourage zeigen!  
Auch kleine Schritte  
können große  
Wirkung zeigen!**



Homepage: [www.zcfa.de](http://www.zcfa.de)

Facebook:  
[@zivilcourage.fuer.alle](https://www.facebook.com/zivilcourage.fuer.alle)

Instagram:  
[@zivilcourage\\_fuer\\_alle](https://www.instagram.com/zivilcourage_fuer_alle)

Twitter: [@ZivilcourageA](https://twitter.com/ZivilcourageA)



Besuchen Sie unsere Trainings!  
Machen Sie mit – als aktives Mitglied oder Fördermitglied!

Empfehlen Sie uns weiter und folgen Sie uns auf Social Media!