



# Was ist, was fördert oder hindert Zivilcourage?

Gerd Meyer

Das Wort Zivilcourage hat Konjunktur: in den Medien, an Schulen, in der politischen Bildung – als positiv besetztes catchword, als sozialmoralische Forderung und als Feld pädagogischen und bürgerchaftlichen Engagements. Im Mittelpunkt der gegenwärtigen Diskussion stehen Gewaltsituationen und die Frage, wie man mit „Tätern“ und „Opfern“ umgeht, wie man schnell und effektiv eingreifen, oder auch was man vorbeugend dagegen tun kann. So wichtig und bedrückend Gewalthandeln ist, so wenig sollte sich jedoch der Blick auf Gewalt und Mobbing, auf Rechtsextremismus und Fremdenfeindlichkeit verengen, wenn man nach den Chancen für mehr Zivilcourage in der Gesellschaft fragt. Denn auch in Betrieben und Verwaltungen, in Bildungs- und Sozialeinrichtungen, in Vereinen und Parteien entwickeln sich oft Konflikte und Problemlagen, die womöglich eine gehörige Portion Mut verlangen, wenn man etwas verändern will. Diese Bereiche werden in den meisten Aufrufen und Analysen zu Zivilcourage völlig vernachlässigt, vor allem wenn sie als Bürgertugend unbequem für die Mächtigen wird.

## Wo Zivilcourage gefragt ist

Wir alle kennen Situationen aus dem Zusammenleben im Alltag, die uns herausfordern:

- ▶ Wir werden Zeuge von fremdenfeindlichen oder sexistischen Äußerungen.
- ▶ Wir beobachten die Verletzung sozialer Regeln, wenn z.B. jemand ein Rauchverbot missachtet oder Müll auf die Straße wirft.
- ▶ Wir stehen mit unserer Meinung in einer Gruppe oder in einer Besprechung allein da und stellen uns die Fragen: Soll ich etwas sagen, einen Konflikt riskieren? Traue ich mich zu widersprechen, Kritik zu üben, einen Gegenvorschlag zu machen? Soll ich mich für andere, die ungerecht behandelt werden, einsetzen – und mir dabei womöglich Nachteile einhandeln?
- ▶ Eine kleine „radikale“ Minderheit protestiert gegen Unrecht oder gefährliche gesellschaftliche Entwicklungen, leistet eventuell gewaltlosen Widerstand – soll ich sie unterstützen?

Situationen also, in denen Zivilcourage gefragt ist – oder im Blick auf den Alltag allgemeiner formuliert, in denen sozialer Mut gefragt ist: gegen den Strom schwimmen, deutlich etwas sagen oder öffentlich handeln, auch wenn man in der Minderheit ist und es Nachteile bringen könnte. Situationen, die Mut erfordern, wenn man eingreifen, sich wehren oder sich für andere einsetzen will. Situationen, die Angst machen.

Die Analyse und Förderung von Zivilcourage sollte sich also nicht auf akute Notlagen oder manifeste Konflikte beschränken, die meist schnelles, spontanes Handeln erfordern.

Zivilcourage sollte verstanden werden als

- ▶ öffentliches Handeln im Alltag,
- ▶ als sozialer Mut in der Lebenswelt der Bürger,
- ▶ als Element einer sozial verantwortlichen Zivilgesellschaft.

Es geht um die alltägliche Meinungsfreiheit und die Akzeptanz von Widerspruch bis hin zur Anerkennung bzw. Nicht-Diskriminierung von Menschen, die sich

einsetzen für Recht und Gerechtigkeit und die Achtung der Menschenwürde. Im Sinne dieser „Verallgemeinerung in die Gesellschaft hinein“ ist Zivilcourage bürgerschaftliches, politisches Handeln und Ausdruck lebendiger Demokratie.

Ich möchte in diesem Beitrag drei Leitfragen nachgehen:

- ▶ Was ist Zivilcourage?
- ▶ Wovon hängt es ab, ob jemand Zivilcourage zeigt oder nicht? Was fördert, was hindert sozial mutiges Verhalten?
- ▶ Wie kann man Zivilcourage praktisch und pädagogisch fördern?

## 1. Was ist Zivilcourage? – Eine kurze Definition

Zivilcourage oder gleichbedeutend sozialer Mut ist ein bestimmter Typus sozial verantwortlichen Handelns, keine Eigenschaft einer Person.

Zivilcouragiertes Handeln geschieht in Situationen, die charakterisiert sind durch ein Geschehen, das zentrale Wertüberzeugungen oder die Integrität einer Person verletzt. Daraus resultiert ein Konflikt mit anderen sowie Handlungsdruck.

Eine Person (seltener eine Gruppe) tritt – orientiert an humanen und demokratischen Prinzipien – ein für die legitimen, primär nichtmateriellen Interessen und die Integrität vor allem anderer Personen, aber auch des Handelnden selbst. Es müssen Handlungsspielraum und Einflusschancen gegeben sein.

*Vier zentrale Merkmale* unterscheiden Zivilcourage z.B. von Hilfe oder Solidarität, von Mut oder Tapferkeit, von Kritik oder abweichendem Verhalten allgemein:

1. Zivilcouragiertes Handeln ist *öffentlich*, d.h. es sind mehr als zwei Personen anwesend.
2. Es gibt ein reales oder subjektiv wahrgenommenes *Machtungleichgewicht* zuungunsten dessen, der mutig handeln will, etwa weil er sich in einer Minderheits-/ Mehrheitssituation in Gruppen oder in einem Verhältnis der Über-/Unterordnung bzw. einer Abhängigkeit befindet.
3. Es gibt nicht immer leicht bestimmbare Risiken, d.h. der Erfolg zivilcouragierten Handelns ist ungewiss und der Handelnde ist bereit, Nachteile in Kauf zu nehmen.
4. In Zivilcourage ist oft Hilfe enthalten, aber nicht notwendig umgekehrt. Im Unterschied zur Hilfe

ist Zivilcourage eher politisch relevant und meist verbunden mit dem Gefühl moralischer Empörung z.B. über Ungerechtigkeit.

Wir können drei Arten des Handelns mit Zivilcourage unterscheiden:

- ▶ Eingreifen zugunsten anderer, meist in unvorhergesehenen Situationen, in denen man schnell entscheiden muss, was man tut.
- ▶ Sich-Einsetzen, meist ohne akuten Handlungsdruck, für allgemeine Werte, für das Recht oder die legitimen Interessen anderer, vor allem in organisierten Kontexten und Institutionen.
- ▶ Sich-Wehren z.B. gegen körperliche Angriffe, Mobbing oder Ungerechtigkeit; zu sich und seinen Überzeugungen stehen, standhalten, widerstehen, nein sagen, sich behaupten.

Zivilcourage oder sozialer Mut ist also nicht nur in „akuten“ Not- und Bedrohungssituationen gefragt. Nicht immer handelt es sich um eine Täter-Opfer-Situation. Es kann sich auch um länger andauernde Problemsituationen und kritikwürdige Zustände handeln. Hier entstehen Konfliktpotenziale häufig erst allmählich und Handlungsdruck baut sich nur schrittweise auf. Sozialen Mut kann man dann nicht nur durch spontanes Eingreifen oder Sich-Wehren, sondern genauso durch überlegtes, geplantes, organisiertes Handeln zeigen – am Arbeitsplatz, in privaten Organisationen, in der Schule oder im politischen Bereich.

Zivilcourage wird hier als *wertgebundenes Konzept* verstanden. Couragiertes Eintreten für Unrecht und Gewalt, für rechts- oder linksextreme, für verfassungswidrige politische Ziele ist also per definitionem ausgeschlossen. Sozialer Mut bezeichnet eine bestimmte Qualität und Ausrichtung öffentlichen Handelns. Zivilcourage ist *eine wichtige, ebenso anspruchsvolle wie unbequeme Tugend* in einer Demokratie, die sich gleichermaßen als Lebens-, Staats- und Gesellschaftsform versteht. Zivilcourage ist ein wichtiges Element einer gereiften demokratischen politischen Kultur.

## 2. Was fördert, was hindert Zivilcourage?

Warum handeln bestimmte Menschen in vergleichbaren Situationen mit Zivilcourage, andere aber nicht? Was fördert, was hindert Zivilcourage?

Wir haben erstmals in einer qualitativen empirischen



Studie 30 Auszubildende intensiv befragt, wie sie Situationen erlebt haben, in denen sozialer Mut gefragt war. Das Spektrum reichte vom Nichtstun bis zum sehr mutigen Eingreifen, nicht nur in Bedrohungssituationen. Die Befunde sind zwar nicht repräsentativ, aber aufschlussreich. (vgl. Meyer/Hermann 1999) Sie wurden in den letzten Jahren durch eine Reihe empirischer Studien sowie durch Erfahrungen und Evaluationen von Trainings wesentlich erweitert.

Das Schaubild fasst die wichtigsten *Ergebnisse der Forschung* zusammen und zeigt die Komplexität dieses Geschehens im Zusammenwirken von gesellschaftlichem Kontext, persönlichen und situativen Faktoren. Dies geschieht vor allem auf der Ebene individuellen und gruppenbezogenen Handelns.

*allem für andere, aber auch für sich selbst zu übernehmen.* Zivilcourage kann also verstanden werden als eine Verbindung von zwei Momenten: auf den anderen achten und auf sich selbst achten.

Als zweites spielt das *Verhalten anderer* eine große Rolle: Sind sie passiv, sehen sie nur zu, schauen sie weg? Spielen sie das Geschehen herunter? Oder unterstützen sie couragiertes Handeln? Die Hilfeforschung zeigt: Je mehr Anwesende, desto weniger wird eingegriffen. Viele denken dann: andere sind kompetenter und werden schon helfen. („Diffusion der Verantwortung“)

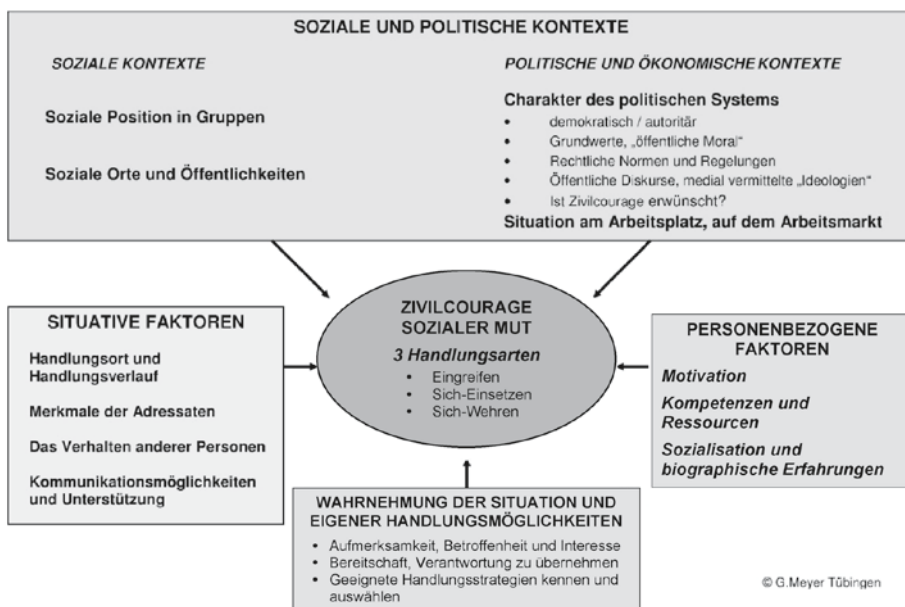
Die nächste Frage ist: Wie schätzt der Handlungsbereite selbst den Konfliktverlauf ein? Hält er sich für „stark“, für kompetent genug einzugreifen? Hat er Angst sich zu blamieren, zum Außenseiter zu werden? Kann er, will er sich von anderen, von außen Hilfe holen?

Wo Zivilcourage gefragt ist, sind jeweils *Vor- und Nachteile des (Nicht-)Handelns* abzuwägen, oft in sehr kurzer Zeit, eher spontanintuitiv als rational überlegt. Wer mit Zivilcourage handelt, ist grundsätzlich bereit, ein Risiko einzugehen, also mögliche Nachteile einer Intervention auf sich zu nehmen: Zeitverlust; eigene Vorhaben und Verpflichtungen werden vernachlässigt; womöglich gefährdet man sich selbst; es entstehen Unannehmlichkeiten; man erntet weder Dank noch Anerkennung;

man erleidet Nachteile als Mitglied einer wichtigen Bezugsgruppe, wird zum Außenseiter.

Umgekehrt gibt es aber auch mögliche *Vorteile* zivilcouragierten Handelns: „Mitgefühl ausdrücken, Kenntnisse zeigen und sich über das eigene Können freuen, dem Gewissen folgen und stolz sein über die Prinzipientreue, Anerkennung erhalten, Solidarität zeigen, die Notlage beenden und Vorbild für andere sein.“ (Bierhoff in Meyer et al. 2007, S. 64)

#### GERD MEYER WAS FÖRDERT ODER HINDERT ZIVILCOURAGE? – EIN FAKTORENMODELL



Im Zentrum der Darstellung steht das zivilcouragierte oder sozial mutige Handeln in seinen drei typischen Ausprägungen. Darunter findet sich eine knappe idealtypische Darstellung des Entscheidungsprozesses. Die übrigen Felder zeigen die drei Hauptkomplexe, die dieses Handeln bestimmen: situative, personale, kontextuelle Faktoren. Ich erläutere einige Aspekte, die wichtige Ansatzpunkte für praktisches, pädagogisches Handeln darstellen.

## 2.1. Situative Faktoren und ihre Einschätzung

Eine erste Frage lautet immer: Ist die Situation eindeutig, so eindeutig, dass mein Einsatz gefragt ist? Entscheidend ist die Bereitschaft, *Verantwortung vor*

## 2.2. Personenbezogene Einflussfaktoren

*Verinnerlichte Werte, moralische Selbstkonzepte und Gefühle* sind fast immer der Impuls für zivilcouragiertes

Handeln: vor allem ein verletztes Wert- oder Gerechtigkeitsempfinden, Empörung, Wut oder Ärger, wenn sich andere ungerecht, gar rechtswidrig oder offen unmoralisch verhalten. Oder es handelt sich um eine Täter-Opfer-Situation. Personen, die als unschuldig an ihrer Notlage gelten, werden eher unterstützt als solche, „die selbst Schuld daran haben, was ihnen da passiert“.

Nur wenn Wertüberzeugungen etwa als Gewissen verinnerlicht sind, bestimmen sie das Handeln wesentlich mit. Sie müssen aber nicht in der Situation selbst *bewusst* sein. Förderlich sind allgemein *prosoziale, d.h. primär am Wohl des anderen orientierte Einstellungen*, Altruismus, Gemeinsinn und Solidarität. Gehören sie zum moralischen Selbstkonzept einer Person, so will sie diesen Maximen folgen, um vor sich selbst, vor anderen oder der Gesellschaft zu bestehen. Man will mit sich identisch bleiben, unbewusst auch, um Schuld und Schamgefühle zu vermeiden, wenn man meint, man habe, obwohl zumutbar, zu wenig oder gar nichts getan.

*Zivilcourage sollte dennoch nicht moralisierend mit erhobenem Zeigefinger eingefordert werden.* Gewiss, viele Menschen sind einfach gleichgültig oder zu sehr mit sich selbst beschäftigt. Die Mehrzahl ist jedoch eher überfordert und hilflos in diesen ungewohnten Situationen. Sie haben nicht nur Angst, sondern wissen ganz einfach nicht, was sie tun könnten.

Die Polizei rät dringend davon ab, in Situationen, in denen Gewalt im Spiel ist und eigene Verletzungen drohen, den Helden spielen zu wollen, aggressiv oder gar mit Gegengewalt einzuschreiten. Auch das Gesetz (Stichwort: unterlassene Hilfeleistung) verlangt zwar Hilfe zu leisten, wo dies eindeutig gefordert und zumutbar ist. Es fordert jedoch nicht, sich oder andere erheblich zu gefährden.

Zum mutigen Handeln kommt es meist nur dann, wenn sich die Empörung über Ungerechtigkeit verbindet mit der Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen. In der Begründung für mutiges Handeln spielen dabei für Männer eher abstrakte Werte, für Frauen eher konkrete Bezüge zu Personen eine Rolle.

Besonders förderlich für sozial mutiges Handeln sind vor allem folgende *personalen und sozialen Kompetenzen*:

- ▶ Verinnerlichte humane und demokratische Wertorientierungen, Sensibilität für Recht und Gerechtigkeit,

für die eigene Integrität: Wo zentrale Werte verletzt werden, löst dies Empörung und Handlungsbereitschaft aus.

- ▶ Sich mitverantwortlich fühlen für das, was anderen, in der eigenen Umgebung, in der Gesellschaft geschieht
- ▶ Mitgefühl und die Fähigkeit, sich in andere hineinzuversetzen
- ▶ Selbstvertrauen/Selbstbewusstsein und die Überzeugung, allein oder mit anderen, etwas bewirken zu können
- ▶ Über situationsangemessene Verhaltensweisen verfügen, um Konflikte friedlich zu regeln
- ▶ Risiken, Vor- und Nachteile abschätzen, mit der eigenen Angst und Aggressivität produktiv umgehen können
- ▶ Sich artikulieren und argumentieren können
- ▶ Besonders in Arbeit und Ausbildung: Über Sachwissen verfügen, Regeln und Verfahren kennen, Handlungsspielräume und Einflusschancen realistisch einschätzen

### 2.3. Autorität, Konformität und biographische Einflussfaktoren

Frühzeitig gefördert wurde die Fähigkeit, Zivilcourage zu zeigen, wenn Jugendliche schon als Kinder mindestens zu einem Elternteil Vertrauen entwickelten und von ihnen ernst genommen wurden, wenn sie ihre Meinung frei sagen, Kritik üben und Konflikte offen austragen konnten. Wichtig war auch, inwieweit Kinder genug Freiheit hatten, selbstständig und eigenverantwortlich zu handeln, und darin unterstützt wurden, sich gegen Unrecht zu wehren und sich für andere einzusetzen. Couragierte Vorbilder wirken sich positiv, Autoritätsgehorsam hinderlich aus.

Schließlich kommt es darauf an, inwieweit *biographische Erfahrungen* mit Benachteiligung, Ungerechtigkeit oder Diskriminierung produktiv verarbeitet werden. Werden sie verdrängt, führt dies leicht zu der Einstellung: „jeder muss sehen, wie er selbst zurechtkommt“. Werden sie dagegen reflektiert oder hat jemand in einer problematischen Situation Hilfe und Unterstützung erlebt, so erhöht dies die Bereitschaft, sich couragiert für andere einzusetzen. Auch wer früh sehr viel Verantwortung z.B. in der Familie übernommen hat, ist eher bereit, sozial mutig zu handeln.



## 2.4. Politische, soziale und ökonomische Kontexte

Grundlegend fördernd oder hindernd von Zivilcourage sind zunächst die demokratische Verfasstheit des politischen Systems, Regelungen für gewaltlosen Konfliktaustrag und zum Schutz der Meinungsfreiheit, das allgemeine Klima für Toleranz, sowie Leitbilder und soziale Normen.

*Handlungsbestimmend* ist vor allem die *subjektive* Wahrnehmung dieser sozialen Kontexte, des internen Klimas, der Art und Weise, wie Mächtigere, z.B. Lehrende oder Vorgesetzte, ihre Macht ausüben und wie sich die Mehrheit der Kollegen oder Mitschüler verhält.

### Die soziale Position in Gruppen:

Starken Einfluss auf die Bereitschaft zu zivilcouragiertem Handeln hat die jeweilige Position und Rolle, die eine Person innerhalb eines sozialen Gefüges einnimmt. Entscheidend ist, ob Personen ihre Position innerhalb eines sozialen Gefüges als gefestigt und gesichert wahrnehmen. Persönliche Eigenschaften, Ansehen und Leistungen sind wichtig. Eine offizielle Funktion (z.B. Betriebsrat, Klassensprecher) vermittelt meist innere Sicherheit wie Legitimation nach außen. Alle diese Momente fördern sozial mutiges Handeln. Hinderlich wirkt sich dagegen aus, wenn die Personen ihre Stellung in einer für sie wichtigen Wirkgruppe gefährdet sehen, also z.B. belastende Konflikte, Sanktionen, Statusverlust oder eine Außenseiterrolle („Nestbeschmutzer“) befürchten.

### Konformität:

Ebenso hinderlich wirkt sich die Neigung zur Konformität aus. Hauptmotiv für Konformität ist bei den Befragten der Wunsch nach Zugehörigkeit und Anerkennung durch die für sie wichtigen Bezugsgruppen, insbesondere der engere Freundeskreis oder die „Clique“.

## 3. Wie kann man Zivilcourage praktisch und pädagogisch fördern?

Zunächst stellt sich *grundsätzlich* die Frage: Streben die „Normalbürger“, die gleichgültig wegschauen, die Angst haben oder sich „zu schwach“ fühlen, wirklich danach, diese Hemmnisse zu überwinden? *Will* unsere Gesellschaft eine Praxis zivilcouragierten Handelns nicht nur in der S-Bahn, sondern auf breiter

Basis an vielen sozialen Orten? Wollen die Mächtigen überhaupt Widerspruch und aufrechten Gang, Kritik und Solidarität bei denen, die unter ihnen stehen oder sich unterlegen fühlen? Welche *Entwicklungstendenzen* zeichnen sich hier ab?

Bisher gibt es keine empirischen Untersuchungen, die über einen längeren Zeitraum hinweg zeigen würden, inwieweit sich Wertorientierungen, Einstellungen und Verhalten der Bevölkerung gewandelt haben. Dennoch wage ich einige vorsichtige Einschätzungen:

Zunächst: im Unterschied zu den 50er Jahren wird heute Gewalt in der Erziehung von einer übergroßen Mehrheit abgelehnt, das Gesetz zur Ächtung der Gewalt in der Erziehung von 2000 hat hier strafrechtlich Klarheit geschaffen. Gewalt in der Ehe ist schon seit vielen Jahren strafbar, das Gewaltschutzgesetz von 2002 will vor häuslicher Gewalt bewahren. Gleichwohl nehmen immer noch viele Menschen häusliche Gewalt hin oder zögern, in die Privatsphäre anderer zu intervenieren.

Gewachsen ist in den letzten Jahren die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit für Gewalt im öffentlichen Raum und besonders von jungen Männern, die oft alkoholisiert und in Gruppen, zum Teil auch mit fremdenfeindlichem oder rechtsextremem Hintergrund, andere bedrohen. Zwar kann man empirisch keine deutliche Zunahme von Gewalt allgemein in der BRD belegen. Aber die Sensibilität für relativ neuartige Grenzüberschreitungen (z.B. „unmotivierter“ Aggressivität mit Körperverletzungen; Raub und Erpressung unter Jugendlichen) hat zugenommen.

Mitgefühl und Empörung begründen meist nicht nachhaltig verändertes Eingreifverhalten. Studien und gefilmte Testsituationen z.B. in der U-Bahn haben gezeigt, dass zwar eine Mehrheit (bei begrenztem Risiko!) verbal bereit ist einzugreifen; aber in realen Situationen werden nicht mehr als ca. 10% der by-stander tatsächlich aktiv.

Verhalten optimistisch stimmt mich, dass seit einigen Jahren in den Medien und Schulen, in Bildungswerken, an Runden Tischen und neuerdings u.a. durch die Dominik-Brunner-Stiftung Zivilcourage vor allem im Blick auf Gewaltsituationen auf breiter Basis gefördert wird. Die polizeiliche und pädagogische Präventionsarbeit wurden intensiviert und eine beachtliche Zahl von Menschen (insbesondere Schülern) hat an Zivilcourage-Trainings teilgenommen.

Allgemein gesprochen können wir Zivilcourage oder sozialen Mut fördern, indem wir

- ▶ erstens als Lehrende oder Vorgesetzte günstigere Bedingungen dafür schaffen und
- ▶ zweitens durch Erziehung und Bildung in Familie und Schule Handlungskompetenzen vermitteln und durch Erfahrung dazu motivieren.

## Günstigere Bedingungen für Zivilcourage schaffen

Wenn unsere Gesellschaft in den Schlüsselbereichen Wirtschaft, Verwaltung, Bildung und Politik Zivilcourage wirklich fördern will, dann vor allem, in dem sozial mutiges und verantwortliches Verhalten *positiver als bisher bewertet und anerkannt* wird. Erst langsam entwickelt sich in Deutschland eine „*Kultur der Anerkennung*“ *prosozialen Handelns*.

In vielen Institutionen mangelt es jedoch am *knowhow* und einem *Klima konstruktiven Konfliktaustrags*. Es geht darum, ein Klima zu schaffen, das Zivilcourage „von oben“ wie „von unten“ nachhaltig fördert, auch wenn dies oft unbequem ist.

Nicht weniger wichtig ist die *Veränderung von Strukturen und Verhaltensweisen, die Machtlosigkeit und Angst erzeugen*. Es gilt, Machtverhältnisse, Kompetenzen und Verfahrensweisen transparent zu machen und effektive Partizipation zu ermöglichen.

## Was können Erziehung und Bildung leisten?

Unsere Pilotstudie unter Auszubildenden und Erfahrungsberichte zeigen, dass *Erziehung, vorgelebte Praxis und positive Erfahrungen* im Elternhaus wie in peer groups wesentlich dazu beitragen, dass sich junge Leute sozial mutig verhalten.

Nicht nur in Bildungsinstitutionen gilt es, *kommunikative Kompetenzen, kooperative Konfliktlösungen* und zivilcouragiertes Handeln zu fördern. Soziales Lernen wird m.E. vor allem in den kopflastigen Gymnasien und in der betrieblichen Ausbildung vernachlässigt. In Rollenspielen kann man neue *praktische Erfahrungen* sammeln. Die Erfolge von Seminaren und Übungsprogrammen zeigen: Zivilcourage und gewaltfreier Konfliktaustrag ist lernbar.

Die *Gruppe (Klasse) als soziales Lernfeld nutzen*: Schule und Arbeitsplatz sind als soziale Beziehungsgeflechte

wichtige Bereiche, wo Zivilcourage im Alltag eingeübt werden kann – oder auch nicht.

Insgesamt kommt es darauf an, unmittelbar *persönlich und emotional erfahrbar* zu machen, was es heißt (und wie befriedigend es sein kann), sozialen Mut zu zeigen.

Erziehung und Bildung können für demokratische und humane Werte sensibilisieren. Sie können ein besseres Verständnis für Entstehung und Verlauf von Konflikten vermitteln. Man kann Handlungsstrategien erproben und förderliche Kompetenzen erwerben. Trainings können das Selbstvertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit stärken und Hemmfaktoren für mutiges Aktivwerden abbauen.

Gefragt sind also demokratische Alltagspraxis, pädagogisches Handeln und einübendes Lernen nicht nur für Jugendliche, sondern auch für Erwachsene.

Vielfältige Praxisperspektiven zeigt der umfangreiche Sammelband („*Zivilcourage lernen*“) auf. Er enthält neben wissenschaftlichen Analysen konkrete Modelle für gesellschaftliches und vor allem für pädagogisches Handeln (Trainings, Unterricht, Seminare), viele unmittelbar verwertbare Arbeitshilfen und eine – auch für Jugendliche sehr geeignete – CD-Rom für den Umgang mit Konflikten. (Vgl. Meyer/Dovermann/Frech/Gugel, 2. Aufl. 2007, Überblick in Meyer 2007, Kap. VI)

## Literatur

MEYER, G./DOVERMANN, U./FRECH, S./GUGEL, G. (Hrsg.): Zivilcourage lernen – Analysen, Modelle, Arbeitshilfen. Bundeszentrale für politische Bildung/Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg; Bonn 2. Auflage 2007 (als Download bzw. als Buch unter [www.bpb.de](http://www.bpb.de))

MEYER, GERD: Lebendige Demokratie: Zivilcourage und Mut im Alltag. Forschungsergebnisse und Praxisperspektiven; Nomos Verlag Baden-Baden 2. Aufl. 2007

JONAS, K./BOOS, M./BRANDSTÄTTER, V.: Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis; Göttingen 2007

KÖSTER, MAGDALENA: Zivilcourage?! – Hinschauen statt Wegsehen; Dominik-Brunner-Stiftung, Neufahrn i. Niederbayern 2010

ZITZMANN, CHRISTINA: „Alltagshelden“ - Aktiv gegen Gewalt und Mobbing - für mehr Zivilcourage; Schwalbach/Ts. 2004