

PRIX COURAGE

«Mut heisst: wachsam sein»

Zivilcourage kann man lernen, sagt die Motivationsforscherin Veronika Brandstätter.

Interview: Gian Signorell

Beobachter: Der Zuger Justizdirektor Beat Villiger fordert von Bürgern mehr Zivilcourage gegen die steigende Kriminalität. Hat er recht?

Veronika Brandstätter: Die Forderung bringt zum Ausdruck, dass eine Gesellschaft die Wahrung der Grundrechte nicht einfach an den Staat delegieren kann. Das gefällt mir. Toleranz, friedfertiges Zusammenleben, Respekt können sich nur durchsetzen, wenn sich alle dafür verantwortlich fühlen. Das heisst aber nicht, dass jede und jeder Polizist spielen soll.

Wenn einem um drei Uhr früh ein halbes Dutzend besoffene und pöbelnde junge Männer

Beobachter Prix Courage

Sie sind gefragt!

Die Schweiz braucht mutige Menschen, die unerschrocken für eine Idee kämpfen. Seit 1997 verleiht der Beobachter den Prix Courage, den Preis für ausserordentliche Taten. Kennen Sie Personen, die sich in einer schwierigen Lage beherzt für andere eingesetzt haben?

Senden Sie uns Ihre Vorschläge:

Redaktion Beobachter,
Kandidaten Prix Courage,
Postfach, 8021 Zürich;
kandidaten@beobachter.ch

Einsendeschluss: 31. Mai 2013



entgegenkommt, ist es nicht einfach, Zivilcourage zu zeigen.

Besonders in alkoholisiertem Zustand scheinen manche Jugendliche Provokation und Drohung als eine Art Spiel zu sehen. Die Eskalation der Gewalt nehmen sie nicht nur in Kauf, sondern suchen sie bewusst. In einer solchen Situation ist es völlig unangebracht, sich aus Zivilcourage auf eine Schlägerei einzulassen. Zivilcourage heisst vor allem: wachsam sein. Dies bedeutet manchmal schlicht, mit dem Handy den Notruf zu wählen.

Das soll mutig sein?

Ich höre diesen Einwand oft. Viele Leute setzen Zivilcourage mit Heldentum gleich. Das ist ein Missverständnis.

Zivilcourage kann in banalen Alltagssituationen nötig sein: wenn am Arbeitsplatz Kollegen ausgegrenzt werden, wenn



Bei jedem Aufladen
mehr bekommen.
Orange PrePay

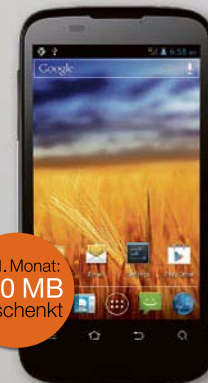
Jedes Mal bis zu CHF 50.–
Extraguthaben geschenkt.



59.–

Samsung
Galaxy Pocket S5300

Im 1. Monat:
300 MB
geschenkt



99.–

ZTE Blade III

Im 1. Monat:
300 MB
geschenkt

orange™

Jetzt im Orange Center,
unter orange.ch oder 0800 078 078

Aufladebonus: Aufladung ab CHF 10.– = CHF 1.– Extraguthaben, ab CHF 20.– = CHF 2.50, ab CHF 30.– = CHF 10.–, ab CHF 50.– = CHF 20.–, ab CHF 100.– = CHF 50.–. Angebot gültig bei Neuabschluss von Orange Me PrePay und Orange World PrePay, inkl. SIM-Karte (CHF 10.–), SIM-Lock während der ersten 24 Monate. Bei Abschluss eines Orange PrePay Angebotes bis zum 26.05.2013 profitieren Sie einen Monat gratis von der Option Mobile Internet Plus (inkl. 300 MB) im Wert von CHF 10.–.

in der Schule Gerüchte verbreitet werden oder am Stammtisch fremdenfeindliche Sprüche fallen. Das Motto muss lauten: viele kleine Schritte statt Heldentaten.

Wenn jeder jeden ständig zurechtweist, dann nervt das doch nur.

Es gibt Leute, die sich gern als Moralapostel aufspielen und Spass daran haben, andere zu massregeln. Das wollen wir nicht haben. Grundsätzlich kann jeder Mensch für sich selber einstehen. Wenn wir aber sehen, dass dies in einer bestimmten Situation nicht mehr möglich ist, sollten wir eingreifen.

Das fällt oft schwer. Warum?

Manchmal ist es schlichte Ratlosigkeit. Wir wissen nicht, was wir genau tun sollen. Und uns fehlt die Routine. Es ist ähnlich wie bei der stabilen Seitenlage. Viele Menschen können die Lage genau beschreiben, aber im Notfall und unter Stress vermögen sie den Verletzten nicht richtig zu lagern. Das Wort Courage signalisiert, dass eine

Handlung auch mit Nachteilen verbunden sein kann und deshalb Mut braucht. Es kann unangenehm sein, sich zu exponieren. Am Arbeitsplatz identifiziert man mich vielleicht mit jemandem, den man nicht mag. Oder ich kann die Gunst des Chefs verlieren.



«Das Eintreten für Grundwerte verbessert das Klima an Schulen und im öffentlichen Raum.»

Veronika Brandstätter, Psychologin

Warum soll ich trotzdem aktiv werden?

Wenn man Toleranz, friedfertiges Zusammenleben und Respekt als grundlegende Werte zwar akzeptiert, diesen Werten aber im täglichen Leben nicht nachlebt, bleiben unangenehme Gefühle zurück. Handelt man hingegen im Einklang mit ihnen, ver-

schaft einem das Wohlbefinden und Zufriedenheit. Auch die Gesellschaft profitiert. Das Eintreten für Grundwerte verbessert das Klima an Schulen, am Arbeitsplatz und im öffentlichen Raum.

Kann man Zivilcourage lernen?

Bis zu einem gewissen Grad, ja. Man kann sich die Dos and Don'ts aneignen. In unseren Trainings betonen wir etwa, dass man nur eingreifen soll, wenn man sich nicht selbst in unmittelbare Gefahr bringt.

Bei vielen Prix-Courage-Kandidaten war genau dies der Fall. Haben sie falsch gehandelt?

Was diese Menschen gemacht haben, ist bewundernswürdig und verdient Anerkennung. Der Aspekt des Heldentums steht beim Prix Courage stark im Vordergrund. Zivilcourage braucht es aber auch in unspektakulären Situationen. ■

Veronika Brandstätter ist Professorin für Motivationspsychologie an der Universität Zürich. Sie forscht zum Thema Zivilcourage.

FOTO: MARC LATZEL




SMS & WIN

Senden Sie **ELMER** und Adresse an **343** oder nehmen Sie teil auf elmercitro.ch/promo.

Einsendeschluss 31.10.13
CHF 0.40 pro SMS



Ab in die Berge!

Geniessen Sie pure Bergfrische mit **ELMER Citro!**

www.elmercitro.ch/promo

Gewinnen Sie Traumferien im Bergchalet* für 6 Personen und bergige Wochenpreise!

Auch im Jackpot vom 1. März bis 31. Oktober 2013: **Bergige Wochenpreise** für den totalen Bergspass: Helikopterrundflug, Familienausflug Rigi, Hochseilgarten Kerenzerberg, Skispass in Elm mit Vreni Schneider, Ausflug nach Adelboden.

Alle Preise und Teilnahmebedingungen auf www.elmercitro.ch/promo

* 1 Woche Traumferien im Luxus-Bergchalet in Davos inkl. Sauna für 6 Personen.

