



Wir helfen Kriminalitätsofern.

**ZEIG'S
ALLEN**

ZEIG ZIVILCOURAGE

Warum couragiertes Handeln wichtig ist und wie Sie in Notsituationen richtig helfen

Wenn Sekunden entscheiden

Peter Z. hat nicht lange nachgedacht, als er die verzweifelten Schreie hörte. Er rannte sofort los. Doch der Reihe nach. Es war früher Abend. Peter Z. ging mit seiner Partnerin Sabine Z. und dem Hund im Stadtpark spazieren, da passierte es. Ein vermummter Mann hatte eine Joggerin ins Dickicht gezogen und lag bereits in eindeutiger Position auf ihr. Sein Opfer wehrte sich lautstark. Die beiden Spaziergänger hörten die in Not geratene Frau, Peter Z. sprintete zum Tatort und sah hinter den Büschen, was dort vorfiel. „Aufhören! Lassen Sie sofort die Frau in Ruhe!“, schrie er mehrere Male. Der Täter ließ von der Frau ab. Flüchtete. Währenddessen alarmierte Sabine Z. die Polizei und war kurze Zeit später ebenfalls am Tatort, um der Joggerin zu helfen.

Hinschauen, aktiv werden und handeln

Nur durch das beherzte Eingreifen konnte Schlimmeres verhindert werden. Für Peter Z. und seine Partnerin war der Einsatz „einfach selbstverständlich“, bestätigen die beiden. Doch das war er nicht. Das Paar hat echte Zivilcourage gezeigt. Sich für andere im Ernstfall mutig einzusetzen, ihnen zur Seite zu stehen und sich öffentlich einzumischen – das ist Zivilcourage, oft auch als Bürgermut oder sozialer Mut bezeichnet.

Konkret geht es bei Zivilcourage darum, hinzusehen und hinzuhören. Nicht wegzuschauen oder gar wegzugehen. Denn zu einem Notfall oder einer bedrohlichen Situation kann es überall kommen. Auf der Straße, an der Bushaltestelle, am Arbeitsplatz, im Park – überall im öffentlichen Raum.



„Ich war angetrieben von dem Gefühl, dass jemand dringend Hilfe braucht. Zum Glück kamen wir noch rechtzeitig.“

Peter Z.

Schon kleine Taten können Großes bewirken

Niemand muss ein Held sein und sein Leben riskieren. Ganz im Gegenteil. Umsichtiges Handeln ist gefragt, ohne sich selbst zu gefährden. Dabei hilft jeder im Rahmen seiner persönlichen Möglichkeiten. Mit kleinen Taten und klaren Worten. Mit dem Handy die Polizei rufen zum Beispiel. Bei einer Beleidigung oder Ungerechtigkeit sofort den Mund aufmachen.

Die Statistik zeigt, dass 2018 bundesweit über 1.131.088 Fälle von Straßenkriminalität registriert wurden, darunter 61.194 Fälle von gefährlicher und schwerer Körperverletzung auf Straßen, Wegen und Plätzen und 220.291 Beleidigungen. Erschreckend hohe Zahlen. Zivilcourage kann ein wirksames Mittel sein, einen Teil dieser Straftaten zu verhindern.

**Bürgermut braucht keine Heldentaten.
Tun Sie nur das, was Sie sich zutrauen.
Das Wichtigste: Bringen Sie sich selbst nicht in Gefahr.**

Damit Sie im Ernstfall wissen, wie Sie couragiert helfen können, haben wir für Sie fünf Regeln der Zivilcourage zusammengestellt.

Die fünf Regeln der Zivilcourage



1

Beobachten Sie die Situation genau und handeln Sie gegebenenfalls aus der Distanz.

Kampf um die Tasche

Corinna N. kommt gerade aus dem Supermarkt, als sie durch Zufall Zeugin eines Handtaschenraubes wird. Sie beobachtet, wie auf der gegenüberliegenden Straßenseite ein junger Mann einer älteren Dame die Handtasche entreißen will. Die Frau umklammert ihre Ledertasche mit aller Kraft, der Täter zerrt grob daran und schubst die Rentnerin weg. Corinna N. lässt ihre Einkaufstüten fallen, greift sofort zum Handy, um die Polizei zu rufen und den Täter zu beschreiben. Danach eilt sie der am Boden liegenden Rentnerin zu Hilfe. Eine Zeugenaussage macht Corinna N. ebenfalls.

*„Das ging so schnell.
Und das war das Mindeste,
was ich in dieser Situation
tun konnte.“*

Corinna N.



2

Rufen Sie die Polizei unter 110.

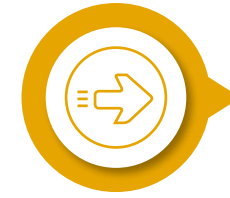
Zwischen den Fronten

Nachts, in einer Wohnsiedlung. Turan H. kommt vom Schichtdienst und will nur noch ins Bett, als er etwas abseits zwischen den Garagen eine Gruppe Männer beobachtet. Fünf dunkle Gestalten mit Lederjacken prügeln auf einen am Boden liegenden Mann ein. Messer sind auch im Spiel. Zwischen den Tritten und Schlägen hört Turan H. das Opfer wiederholt vor Schmerz stöhnen.

Geistesgegenwärtig ruft der Familienvater sofort die 110 und hält zur eigenen Sicherheit Abstand vom Geschehen. Als kurze Zeit später die Polizei eintrifft, lassen die Männer vom Opfer ab und flüchten in die Dunkelheit. Dank Turan H.s detaillierter Zeugenaussage können zwei Täter später sogar gefasst werden.

„Als ich die Prügelei sah, schoss das Adrenalin durch meinen Körper. Vor Aufregung zitterte meine Stimme am Telefon.“

Turan H.



3

Handeln Sie möglichst, bevor sich die Situation zuspitzt.

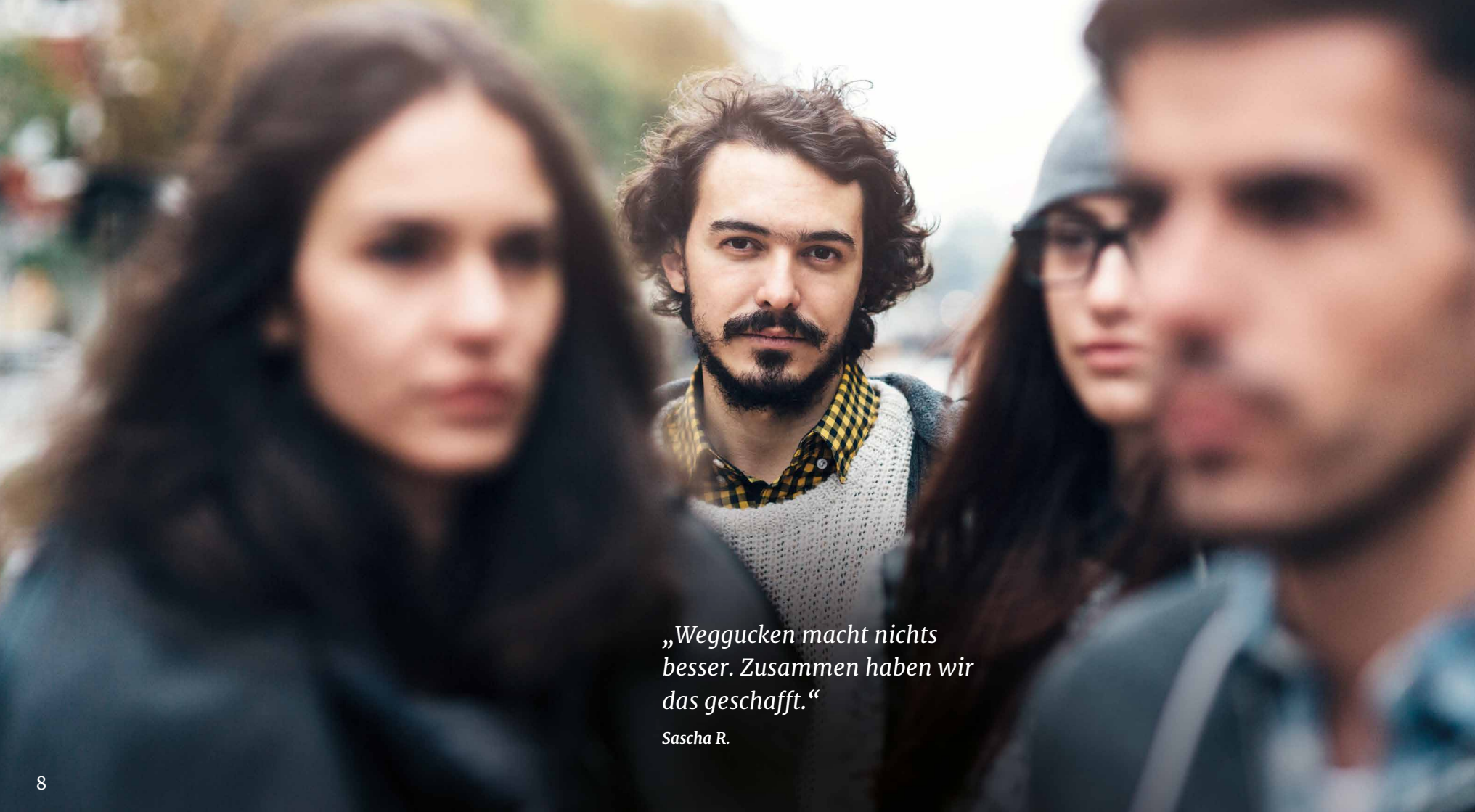
Entschlossen ausgebremst

Tessa A. und ihre 5-jährige Tochter sitzen in der U-Bahn auf dem Weg zu den Großeltern. Es ist später Nachmittag. An einer Haltestelle steigt eine Gruppe angetrunkenen Jugendlicher ein und beginnt lautstark, einen jungen Migranten zu beleidigen und anzupöbeln, der zwei Reihen weiter sitzt. Der ganze Waggon wird ungewollt zum Publikum. Keiner reagiert.

Nach ein paar Sekunden steht Tessa A. auf. Selbstsicher und entschlossen bietet sie dem jungen Mann den Sitzplatz neben sich an und nimmt ihre Tochter auf den Schoß. Kurze Irritation. Die Jugendlichen lassen von ihrem Opfer ab und steigen weiterpöbelnd an der nächsten Haltestelle aus.

„Mutig bin ich eigentlich nicht. Aber ich musste aktiv werden und ihm aus dieser Situation raushelfen.“

Tessa A.



*„Weggucken macht nichts
besser. Zusammen haben wir
das geschafft.“*

Sascha R.



4

Bitten Sie andere um Mithilfe und
holen Sie sich Unterstützung.

Im Ernstfall Teamwork

An einer Bushaltestelle. Ein Pärchen steht etwas abseits und streitet sich lautstark. Der Ton wird zunehmend aggressiver. Plötzlich beginnt der Mann handgreiflich zu werden. Er prügelt auf seine Partnerin ein. Obwohl ein Dutzend Wartende Zeugen der Prügelattacke werden, springen nur Sascha R. und Clara K. der Frau helfend zur Seite.

Während Sascha R. anfängt, beschwichtigend auf den Mann einzureden, holt Clara K. Hilfe. Sie rennt zum Busfahrer, der gerade mit dem Bus Halt macht. Zuvor bittet sie noch eine wartende Passantin, die Polizei zu rufen. Der Busfahrer eilt zu Sascha R. Gemeinsam können sie den Täter beruhigen und ihn der Polizei übergeben. Clara K. kümmert sich in der Zwischenzeit um die blutende junge Frau.



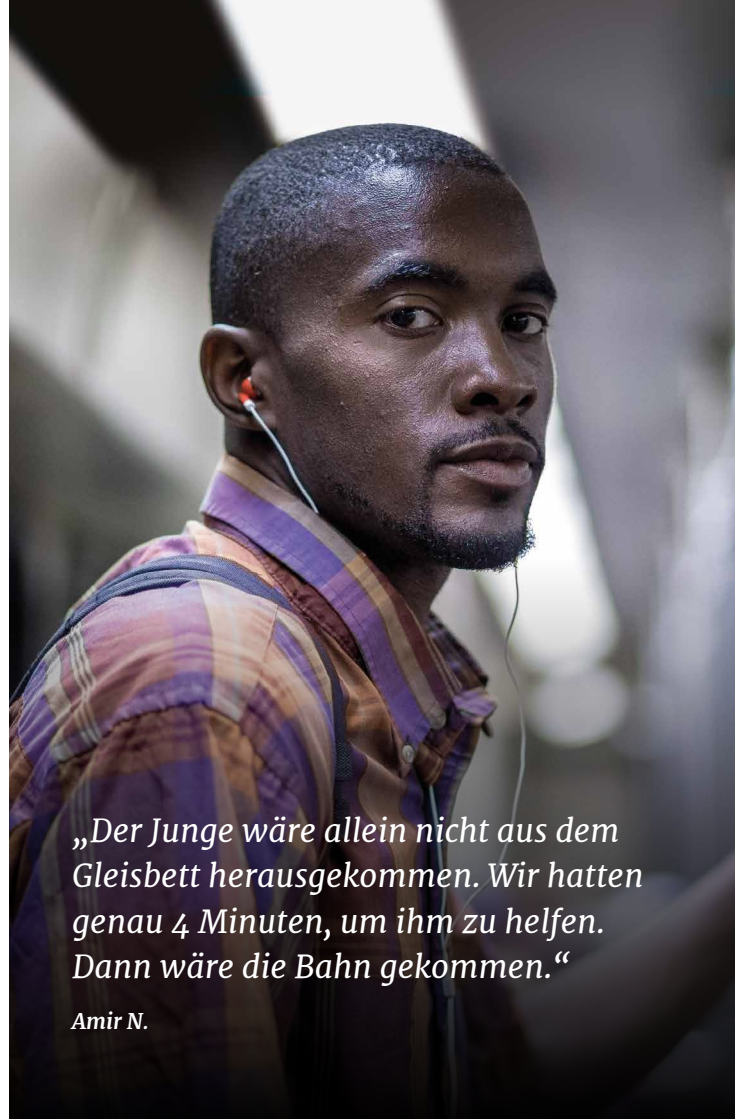
5

Kümmern Sie sich um das Opfer.

Mit vereinten Kräften

Nachts. Auf einem leeren S-Bahnhof. Drei junge Männer haben einen Halbwüchsigen in eine heftige Rangelei verwickelt. Die Situation eskaliert. Zwei der drei schubsen den Angefeindeten brutal von der Bahnsteigkante ins Gleisbett hinunter. Fast zeitgleich fährt auf dem gegenüberliegenden Gleis eine S-Bahn ein. Darin zwei Fahrgäste, Amir N. und Lisa F., die den Streit mitbekommen und das 17-jährige Opfer nach unten stürzen sehen. Die S-Bahn-Türen öffnen sich.

Schnelles Handeln ist gefragt. Die beiden rennen zu dem Opfer und ziehen den Jugendlichen mit vereinten Kräften aus dem Gleisbett. Die Polizei und Rettungskräfte kommen kurze Zeit später, der S-Bahn-Fahrer hatte sie gerufen. Der Junge hat zum Glück nur leichte Prellungen, steht aber unter Schock und ist kaum ansprechbar.



„Der Junge wäre allein nicht aus dem Gleisbett herausgekommen. Wir hatten genau 4 Minuten, um ihm zu helfen. Dann wäre die Bahn gekommen.“

Amir N.

Jedes Detail hilft: Die Täterbeschreibung

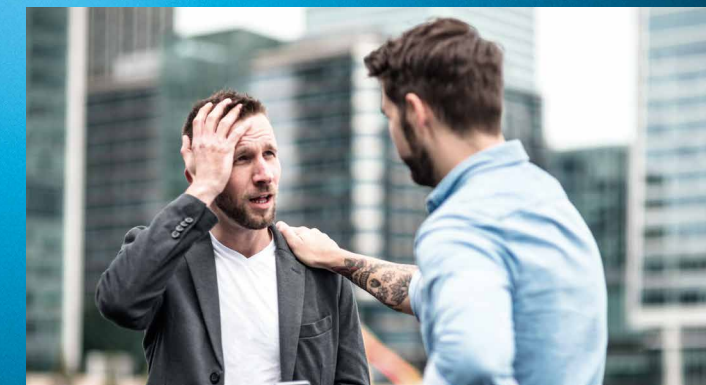
Verbrechen und Straftaten geschehen meist sehr schnell. Wichtig ist, markante Merkmale des Täters bzw. der Täter zu beobachten und sich einzuprägen, wie die Größe, Haut- und Haarfarbe, Gesicht, besondere Auffälligkeiten, z. B. Glatze oder ein Tattoo, und die Kleidung. Auch die Fluchtrichtung und das Kennzeichen des Fluchtfahrzeugs sind wertvolle Informationen. Im Fall der Gleis-Schubser konnten Amir N. und Lisa F. die Täter recht genau beschreiben. Alle drei hatten dunkle Basecaps auf, trugen schwarze Jacken mit einem besonderen Emblem und helle Turnschuhe.



Für den Notfall: So helfen Sie einem Opfer richtig

Machen Sie dem Betroffenen ein direktes Hilfsangebot: „Ich helfe Ihnen“ oder: „Kommen Sie zu mir.“ Vermeiden Sie Fragen wie „Brauchen Sie Hilfe?“ Das Opfer könnte nein sagen, weil es die eigene Hilflosigkeit nicht eingestehen will oder vielleicht Angst hat.

Elementar ist außerdem, sich um die Person zu kümmern und Erste Hilfe zu leisten. Denn sie kann verletzt oder traumatisiert sein und unter Schock stehen. Leisten Sie Beistand. Sprechen Sie ganz ruhig mit ihr.



„Am Einsatzort weiß man nie genau, was einen erwartet. Die Störenfriede werden häufiger. Mehr Courage hilft am Ende uns allen.“

Nick A., Ersthelfer



Wenn Ersthelfer selbst Hilfe brauchen

Leben retten hat Priorität

Montagvormittag. Feuerwehreinsatz in der Torstraße, aus dem Keller eines Mehrfamilienhauses steigen dicke Rauchwolken auf. Mit Blaulicht steuern zwei Einsatzfahrzeuge zum Tatort und parken direkt in der zweiten Reihe. Eine Frau stellt sich einem Feuerwehrmann in den Weg und fordert ihn ruppig auf, das Einsatzfahrzeug sofort umzuparken. Sie müsse jetzt zur Arbeit fahren. Verständnislos schüttelt der Feuerwehrmann den Kopf und eilt zu seinen Kollegen, die mit den Löscharbeiten begonnen haben. Voll in Rage fängt die Zurückgebliebene an, am Feuerwehrgewagen herumzurandalieren. Sie haut mehrfach gegen die Türen, versucht die Fenster einzuschlagen und attackiert die Feuerwehrleute verbal.

Theodor F., ein Anwohner, beobachtet das Ganze und alarmiert sofort die Polizei. „Das Feuer hätte auf das gesamte vierstöckige Haus übergreifen können. Ich musste den Rettern schnell zur Seite springen“, erklärt Theodor F. Das Resultat für die Frau: Strafanzeige wegen Sachbeschädigung und Anklage wegen Behinderung von Rettungskräften.

Einfach respektlos und egoistisch

Angriffe auf Einsatzkräfte wie Polizisten, Sanitäter, Rettungsassistenten und auch Feuerwehrleute werden immer häufiger. Sie werden bei der Arbeit behindert, beschimpft, bespuckt. Sie kommen nicht an den Einsatzort oder müssen in der Rettungsgasse warten, weil Autofahrer keinen Platz machen oder selbst hineinfahren. Obendrein haben sie noch mit Gaffern zu kämpfen, die mit ihren Handys filmen und sie massiv bei der Arbeit stören.

Wenn Sie Zeuge eines solchen Vorfalles werden, zeigen Sie Zivilcourage. Rufen Sie die Polizei und melden Sie, dass die Helfer in Schwierigkeiten sind.

Wissenswertes rund um das Thema Zivilcourage

Wer hilft, ist besonders abgesichert

Gut zu wissen: Wer in einer bedrohlichen Situation Zivilcourage zeigt und sich für einen anderen einsetzt, ist über die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert. Diese Versicherung greift auch, wenn persönliche Gegenstände wie die Kleidung, das Handy, die Tasche oder das Auto beschädigt werden.

Paradoxes Phänomen: Viele da, aber keiner hilft

Je mehr Menschen am Tatort anwesend sind, wenn eine Straftat passiert und Opfer in Not geraten, desto geringer ist die Hilfsbereitschaft gegenüber den Opfern. Denn jeder geht davon aus, dass ein anderer schon etwas tun wird und eingreift, und bleibt daher passiv. In Fachkreisen wird dieses Phänomen als Bystander-Effekt bezeichnet. Dabei ist es gar nicht schwer, den ersten Schritt zu machen und zumindest die Polizei zu rufen.



Weitere Gründe, warum Hilfe ausbleibt

Sich inmitten einer bedrohlichen Situation zu befinden, überrascht und überfordert viele Menschen. Vor allem emotional. Schnell kommt außerdem die Angst hinzu, dass man gar nicht weiß, wie man eigentlich helfen soll. Und unterlässt es dann lieber. Möglich ist auch, dass die Notlage von anderen Personen gar nicht wahrgenommen wird, man einfach unter Zeitdruck steht oder zu bequem ist, da sich doch andere kümmern könnten.

Letztlich gibt es viele Gründe, warum die Hilfe ausbleibt. Aber was wäre, wenn Sie selbst Unterstützung bräuchten und in einer misslichen Lage wären? Sie würden jede noch so kleine Hilfe dankbar annehmen. Oder?

Die gute Nachricht: Zivilcourage kann man lernen

Es ist wie mit einem Erste-Hilfe-Kurs, bei dem man trainiert, sich im Notfall richtig zu verhalten. Auch Zivilcourage können Sie sich aneignen und üben. Ausgewählte Anbieter, wie z.B. die Bundespolizei, einige Verkehrsbetriebe und Schulen, bieten spezielle Kurse und Seminare an. Geschult wird das genaue Hinsehen, um kritische Situationen besser einschätzen zu können. Gleichzeitig werden Handlungsabläufe erarbeitet und antrainiert, damit man in einer bedrohlichen Lage angemessen reagiert. Entsprechende Adressen finden Sie im Internet.

Wenn Sie selbst einmal Hilfe brauchen

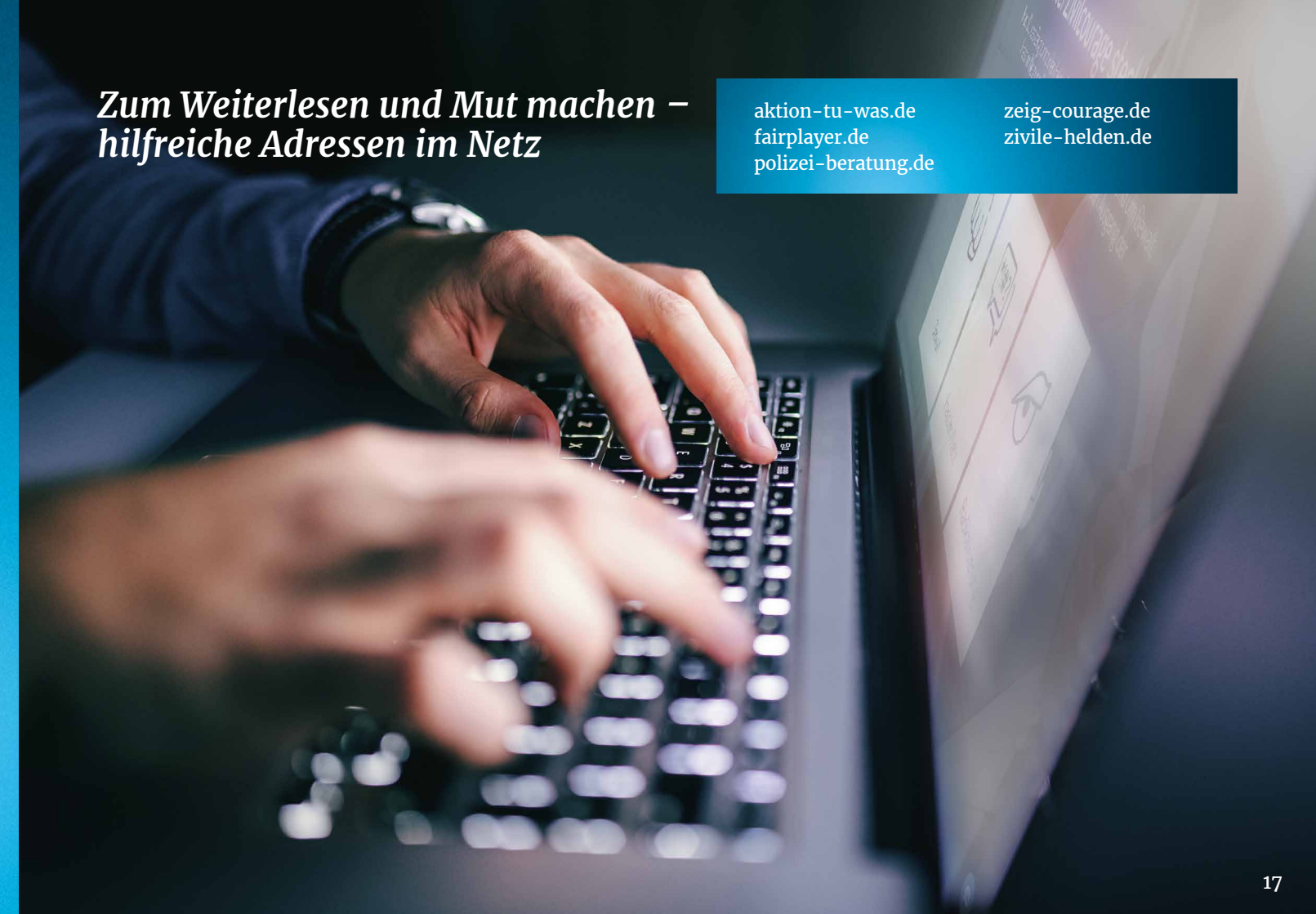


- 1 Machen Sie lautstark auf sich aufmerksam.
- 2 Sprechen Sie Passanten direkt an, z. B.: „Sie mit der roten Jacke, helfen Sie mir!“ und bitten Sie um konkrete Hilfe: „Rufen Sie bitte die Polizei.“
- 3 Weisen Sie klar auf Ihre Notlage hin: „Das ist ein Notfall.“
- 4 Siezen Sie den Täter: „Hören Sie auf!“
- 5 Schreien Sie.
- 6 Wenn Sie Ihr Handy zur Hand haben, rufen Sie den Notruf 110.
- 7 Nutzen Sie den Überraschungseffekt. Tun Sie etwas, womit der Täter nicht rechnet. Das ist von der Situation abhängig. Leider gibt es dafür kein Patentrezept.

Zum Weiterlesen und Mut machen – hilfreiche Adressen im Netz

aktion-tu-was.de
fairplayer.de
polizei-beratung.de

zeig-courage.de
zivile-helden.de





Im Mittelpunkt steht Helfen

Jede Spende hilft mit

Auch beim Helfen braucht man alle Hilfe: Unterstützen Sie die Arbeit des WEISSEN RINGS mit Ihrer Spende. Rund 2.900 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sind deutschlandweit für uns im Einsatz. Professionell kümmern sie sich um Kriminalitätsoffer und in Not geratene Menschen, leisten menschlichen Beistand und beraten.

Neben der Opferhilfe engagieren wir uns außerdem im Bereich der Präventions- und Aufklärungsarbeit, so wie mit dieser Broschüre. Da sich unsere Arbeit komplett aus Spenden finanziert, freuen wir uns über jede Mithilfe.

Jeder Betrag bewegt etwas

Mit **35 Euro** unterstützen Sie uns, einen Vortrag zum Thema Zivilcourage durchzuführen.

Mit **50 Euro** setzen Sie sich dafür ein, dass wir ein Präventionsprojekt vor Ort starten. Auch in Zusammenarbeit mit der Polizei.

Mit **75 Euro** helfen Sie uns, einen Infostand zu finanzieren, um z.B. auf das Thema Zivilcourage aufmerksam zu machen.

WEISSER RING e. V.

Bundesgeschäftsstelle • Weberstraße 16 • 55130 Mainz • Germany

info@weisser-ring.de • www.weisser-ring.de

www.facebook.com/weisserring

www.youtube.com/weisserringev

Opfer-Telefon: 116 006 • **Onlineberatung:** weisser-ring.de

(bundesweit kostenfrei)

400 Außenstellen bundesweit

1. Auflage September 2019

Artikelnummer: 1121 • Auflagenhöhe: 20.000

Bildnachweis: Seite 1, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 17 iStockphoto, Seite 11 (linkes Bild) Adobe Stock

Die geschilderten Vorkommnisse beruhen auf wahren Begebenheiten.

Zum Schutz aller Beteiligten arbeiten wir mit fiktiven Namen und ähnlichen Vorfällen.