

Stärkung der Demokratie

"Es geht nicht immer um Leben und Tod"

9. Januar 2022, 18:50 Uhr | Lesezeit: 6 min

Die Psychologin Verena Berthold leitet den Verein "Zivilcourage für alle". Er zeigt Menschen, wie sie in brenzligen Situationen eingreifen können, ohne sich selbst zu gefährden.

Von Joachim Mölter

Man muss die Geschichte von Kitty Genovese kennen, um die von Verena Berthold zu verstehen. Also dann: Kitty Genovese war Geschäftsführerin einer Kneipe in New York, und als sie eines Morgens um kurz nach drei Uhr von der Arbeit heimkam, lauerte ihr ein Typ auf. Wenige Meter vor der Haustür stach er ihr zweimal in den Rücken, die 28-Jährige schrie um Hilfe, in den umliegenden Wohnhäusern gingen Lichter an, ein Mann rief aus dem Fenster: "Lass' das Mädchen in Ruhe!" Daraufhin rannte der Typ weg, und die Lichter gingen wieder aus. Genovese schleppte sich in den Flur ihres Mietshauses, dahin, wo sie keiner mehr sehen konnte, als der Typ ein paar Minuten später zurückkehrte. Er hatte in der Nähe gewartet, ob jemand die Polizei verständigt hatte, und als die nicht kam, gab er der schwer verletzten Frau mit seinem Messer den Rest. Während Kitty Genovese im Sterben lag, vergewaltigte er sie und klaubte die 49 Dollar, die sie bei sich hatte.

Das war im März 1964, und als die *New York Times* berichtete, dass 38 Leute in der Nachbarschaft den Überfall mitbekommen hätten und keiner geholfen habe, untersuchten Psychologen das Phänomen: Es ist seitdem als Genovese-Syndrom bekannt, als Bystander-Effekt. Mit dem tatenlosen Zuschauen in einer Notsituation hat sich auch Verena Berthold während ihres Studiums beschäftigt, sie formuliert den Kern der Erkenntnis so: "Die individuelle Bereitschaft zu helfen sinkt, je mehr Leute dabei sind." Wobei es nicht so sei, dass die Leute sich generell weigerten, erklärt sie: "Man checkt die Situation eher ab und denkt dann: Wenn andere nicht helfen, wird's schon nicht so schlimm sein."

"Viele haben erkannt, dass wir in Strömungen geraten, die bedrohlich sind"

Kitty Genoveses Tod hat dazu geführt, dass Verena Berthold nun Menschen zu mehr Hilfsbereitschaft animiert. Sie macht das so gut, dass der Verein "Zivilcourage für alle", dem sie vorsitzt, neu-lich ausgezeichnet wurde mit dem Deutschen Engagementpreis 2021 in der Kategorie "Demokratie stärken". Der Verein zeigt Menschen, was sie in brenzligen Situationen tun können, ohne sich selbst zu gefährden. Er ermutigt die schweigende Mehrheit, auch mal was zu sagen. Zivilcourage ist ja

nicht nur, bei Prügeleien einzugreifen, sondern auch bei Parolen und Pöbeleien. "Ich habe immer das Risiko, dass ich mich unbeliebt mache, eventuell sogar angegangen werde", sagt Berthold: "Aber es gibt Wege, das zu minimieren."

In den Trainings bringt sie den Teilnehmern bei, wie das geht: Nicht auf den Aggressor fokussieren oder ihn gar konfrontieren. Vielmehr sich dem Opfer zuwenden, es ansprechen - formal ("kann ich helfen?"), aber auch kumpelhaft ("ey, lang nicht mehr gesehen, wollen wir einen Kaffee trinken?"), selbst wenn man die Person gar nicht kennt. "Alles ist hilfreich", sagt Berthold, "Hauptsache, ich tu überhaupt was." Etwas, das dem Opfer aus der unangenehmen Lage heraushilft und dem Aggressor signalisiert, das Ziel seiner Attacke ist nicht allein. Sollte sich die Situation zuspitzen, gern auch andere Passanten direkt ansprechen, wenn welche in der Nähe sind, und um Mithilfe bitten. Im Grunde geht es immer darum, den ersten Schritt zu machen; erfahrungsgemäß ziehen andere dann mit.

Verena Berthold sagt, sie habe das Gefühl, dass die Nachfrage nach den Angeboten ihres Vereins steige: "Viele Leute haben erkannt, dass wir so etwas brauchen. Dass wir in Strömungen geraten, die bedrohlich sind." Wenn die Aggressivität auf den Straßen zunehme, müsse man was dagegen tun, findet sie. Da sei Zivilcourage gefragt.

Als sie über sich und ihre Arbeit spricht, sitzt Verena Berthold in einer Studentenkneipe in Schwabing; mit ihren 28 Jahren fällt sie dort nicht auf. Sie ist generell eine eher unauffällige Erscheinung: weder groß noch klein, ungeschminkt, mit dunkelblonden, glatten, schulterlangen Haaren. Die Muster ihres Strickpullis sind farblich abgestimmt auf ihren Mantel und dessen Innenfutter. Hinter einer goldgerahmten Brille schauen Bertholds Augen wach auf das, was um sie herum passiert. Die Wahl ihres einstigen Studienfachs erklärt sie mit der "Faszination für Menschen". Es interessiere sie eben: Wie verhalten sich Gruppen, wie ihre einzelnen Mitglieder? Wie motiviere ich mich und andere?

"Die meisten ziehen ja mit, wenn man sie nur richtig anstößt"

Die Fragen stellte sie sich vor allem nach dem Abitur, als sie in einem Hotel in Bulgarien als Kinder-Animateurin jobbte. "Das hatte schon viel mit dem Thema Motivation zu tun, vor allem mit Selbstmotivation angesichts von langen Arbeitstagen, nur einem freien Tag pro Woche und manchmal anstrengenden Gästen", resümiert Berthold. Damals erkannte sie: "Ich habe ein gewisses Talent, Menschen mitreißen zu können. Die meisten ziehen ja mit, wenn man sie nur richtig anstößt."

Anstoßen und mitreißen - das tut die 28-Jährige mittlerweile in zwei Führungspositionen, beruflich wie ehrenamtlich. Für das Institut für Personaltraining und Beratung (IPB) leitet sie seit Mai

2021 den Standort Freising; dort kümmert sie sich um die Weiterbildung von Arbeitssuchenden. Den Vorsitz des Vereins hatte sie wenige Monate zuvor übernommen. "Ich bin gefragt worden und habe ‚ja` gesagt - so einfach ist die Geschichte", sagt sie: "Ich habe keine großen Karrierepläne. Ich orientiere mich an Themen, die ich gerne ausbauen würde."

Gerade solche aus der Sozialpsychologie "haben mich total angefixt", erzählt Verena Berthold beim Kaffee hinter der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU), an der sie einst ihr Wissen ausbaute. Begonnen hatte sie ihr Psychologie-Studium im Herbst 2012 in Regensburg. "Mir war wichtig, eine Campus-Uni zu haben", erklärt sie, "und Regensburg hatte die optimale Größe zum Studieren." Was die dortige Hochschule nicht hatte: adäquate Angebote für ein weiterführendes Studium nach dem Bachelor-Abschluss. Also zog sie für den Master zurück in ihre Geburtsstadt München, an die LMU. Dahin, wo schon die Geschwister Scholl Zivilcourage zeigten. Dahin, wo der Verein "Zivilcourage für alle" seinen Ursprung hat.

"Man muss nicht sein Leben riskieren, um Zivilcourage zu zeigen"

An der LMU hatten die Sozialpsychologen Veronika Brandstätter und Dieter Frey für ihre Studierenden spielerische Übungen entwickelt, um den Bystander-Effekt zu veranschaulichen - und zu überwinden. Als dann im September 2009 der Geschäftsmann Dominik Brunner am S-Bahnhof Solln ums Leben kam, als er Schülern beistand, die von anderen Jugendlichen bedroht wurden, beschlossen die Akademiker, ihr Wissen einem größeren Publikum zu vermitteln. So entstand der Verein, der Grundgedanke: "Man muss nicht sein Leben riskieren, um Zivilcourage zu zeigen." Frey und Co. propagierten den Slogan "Kleine Schritte statt Heldentaten" und das doppeldeutige "Einsatz hilft". Berthold erklärt es so: "Zivilcourage beginnt im Kleinen. Es geht nicht immer um Leben und Tod, es geht um Werte und Normen, und darum, manchmal Grenzen aufzuzeigen."

Über ihren Professor Frey kam Berthold in Kontakt mit dem Verein, und als sie gefragt wurde, ob sie mitmachen wolle, überlegte sie nicht lange. "Das war eine Win-win-Situation", sagt sie: "Ich hatte das Gefühl, ich kann meine Stärken einbringen und selbst noch was lernen." Seitdem motiviert sie Menschen in den offenen Veranstaltungen des Vereins, aber auch in Schulen und Kommunen, die entsprechende Kurse buchen.

Wegen Corona und ihrer organisatorischen Tätigkeiten sind die Trainings zuletzt zu kurz gekommen, aber immerhin hat sie Pläne schmieden können, um den Verein weiterzuentwickeln. "Eine Mission ist, mehr Unternehmen zu erreichen", verrät sie. Viele Arbeitgeber trauten sich noch nicht an schwierige Themen wie Mobbing, Diskriminierung, Sexismus, Rassismus. Dabei ist gerade Mobbing ein Lieblingsthema von Verena Berthold, wegen des Aspekts des gruppenspezifischen Prozesses: "Wie kommt es, dass sich viele auf einen einzelnen einschließen und keiner hilft?", fragt sie - und landet damit wieder beim Bystander-Effekt.

Dankbare Blicke und zustimmende Worte: die Bestätigung, dass schon ein Satz manchmal hilft

Sie selbst hat sich noch nie in einer bedrohlichen Lage gefühlt, ihre persönlichen Erfahrungen beschränken sich auf Alltagssituationen, auf rassistische, sexistische Übergriffe in Bussen oder Bahnen. Als ein Passagier den dunkelhäutigen Fahrer anpöbelte oder ein Fahrer eine Frau mit Kinderwagen nicht mehr einsteigen lassen wollte. Als sie da jeweils etwas gesagt habe, habe sie zumindest dankbare Blicke geerntet, mitunter auch zustimmende Worte, berichtet Berthold. Für sie ist es die Bestätigung, dass ein Satz hilft, dass es keine Heldentaten sein müssen. "Zivilcourage ist auch ein Korrektiv", erklärt sie: "Wer eine diskriminierende Sprache benutzt, muss halt darauf hingewiesen werden. Es geht nicht darum, dogmatisch zu sein, aber man kann gegensteuern."

Und falls es wirklich heikel wird, solle man sich zurückziehen, rät Verena Berthold: Im schlimmsten Fall könne man immer noch die Polizei rufen. Hätte nur einer von Kitty Genoveses Nachbarn das damals gleich gemacht, hätte sie überlebt.

Bestens informiert mit SZ Plus – 4 Wochen kostenlos zur Probe lesen. Jetzt bestellen unter: www.sz.de/szplus-testen

URL: www.sz.de/1.5503208

Copyright: Süddeutsche Zeitung Digitale Medien GmbH / Süddeutsche Zeitung GmbH

Quelle: SZ

Jegliche Veröffentlichung und nicht-private Nutzung exklusiv über Süddeutsche Zeitung Content. Bitte senden Sie Ihre Nutzungsanfrage an syndication@sueddeutsche.de.